

**EDUKASI GIZI SEIMBANG MELALUI KREASI MAKANAN
DI LEMBAGA PAUD AL-MUTTAQIEN KELOMPOK B
DESA CANDALI KECAMATAN RANCABUNGUR
KABUPATEN BOGOR PROVINSI JAWA BARAT**

SKRIPSI

Disusun Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh Gelar Sarjana Strata
Satu (S1) Dalam Bidang Pendidikan Guru Pendidikan Anak Usia Dini



Disusun oleh:

Rosa Fatikarani

NIM: 2021005

**PRODI S1 PENDIDIKAN GURU PENDIDIKAN ANAK USIA DINI
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS NAHDLATUL ULAMA INDONESIA**

2024

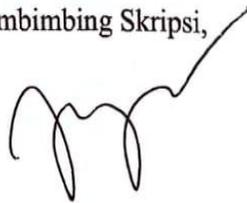
LEMBAR PERSETUJUAN SEMINAR PROPOSAL SKRIPSI

PERSETUJUAN PEMBIMBING

Proposal skripsi dengan judul “Edukasi Gizi Seimbang Melalui Kreasi Makanan Di Lembaga PAUD Al-Mauttaqien Kelompok B Desa Candali Kecamatan Rancabungur Kabupaten Bogor Provinsi Jawa Barat” yang disusun oleh Rosa Fatikarani Nomor Induk Mahasiswa: PGP2021005 telah diperiksa dan disetujui untuk diujikan ke seminar proposal skripsi.

Jakarta, 10 Januari 2024

Pembimbing Skripsi,



Haryanti Jaya Harjani, SST. FT., M.Pd
NIDN: 0328049001

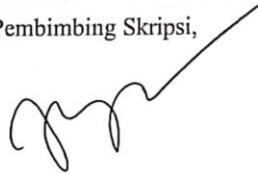
LEMBAR PERSETUJUAN SIDANG MUNAQASYAH

PERSETUJUAN PEMBIMBING

Skripsi dengan judul “Edukasi Gizi Seimbang Melalui Kreasi Makanan Di Lembaga PAUD Al-Muttaqien Kelompok B Desa Candali Kecamatan Rancabungur Kabupaten Bogor Provinsi Jawa Barat” yang disusun oleh Rosa Fatikarani Nomor Induk Mahasiswa: 2021005 telah diperiksa dan disetujui untuk diujikan ke sidang munaqasyah.

Jakarta, 02 Mei 2024

Pembimbing Skripsi,



Haryanti Jaya Harjani, SST. FT., M.Pd.
NIDN: 0328049001

LEMBAR PERNYATAAN ORISINALITAS

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Rosa Fatikarani
NIM : 2021005
Tempat/Tanggal Lahir : Bogor, 18 Januari 2002

Menyatakan bahwa skripsi dengan judul “Edukasi Gizi Seimbang Melalui Kreasi Makanan Di Lembaga PAUD Al-Muttaqien Kelompok B Desa Candali Kecamatan Rancabungur Kabupaten Bogor Provinsi Jawa Barat” adalah hasil karya asli penulis, bukan hasil plagiasi, kecuali kutipan-kutipan yang disebutkan sumbernya atau atas petunjuk pembimbing. Jika dikemudian hari pernyataan ini terbukti tidak benar, maka sepenuhnya akan menjadi tanggung jawab penulis dan bersedia gelar akademiknya dibatalkan sesuai dengan peraturan yang berlaku.

Bogor, 02 Mei 2024



Rosa Fatikarani
NIM: 2021005

LEMBAR PENGESAHAN

Skripsi dengan judul “Edukasi Gizi Seimbang Melalui Kreasi Makanan Di Lembaga PAUD Al-Muttaqien Desa Candali Kecamatan Rancabungur Kabupaten Bogor Provinsi Jawa Barat” yang disusun oleh Rosa Fatikarani Nomor Induk Mahasiswa: 2021005 telah diujikan dalam sidang munaqasyah pada Program Studi S1 Pendidikan Guru Pendidikan Anak Usia Dini Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Nahdlatul Ulama Indonesia Jakarta Pada tanggal 16 Mei 2024 dan direvisi sesuai syarat tim penguji. Maka skripsi tersebut telah diterima sebagai salah satu syarat memperoleh gelar Sarjana Pendidikan (S. Pd).

Bogor, 16 Mei 2024

Dekan Fakultas
Keguruan dan Ilmu Pendidikan


Dede Setiawan M. Pd

TIM PENGUJI

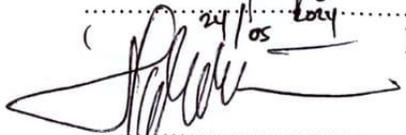
1. **Dede Setiawan M. Pd**
(Ketua Sidang/Penguji I)


.....
(.....)

2. **Renti Aprisyah, M. Pd**
(Sekretaris Sidang)


.....
(.....)

3. **Khoiruddin S.Sos. I, S. Pd, M. Pd**
(Penguji II)


.....
(.....)

4. **Haryanti Jaya Harjani, SST. FT., M. Pd**
(Pembimbing Skripsi)


.....
(29 - 5 - 2024)

KATA PENGANTAR

Penulis berterima kasih kepada Allah SWT atas rahmat dan karunianya yang telah memungkinkan penulis menyelesaikan skripsi dengan judul **“Edukasi Gizi Seimbang Melalui Kreasi Makanan Di Lembaga PAUD Al-Mauttaqien Kelompok B Desa Candali Kecamatan Rancangur Kabupaten Bogor Provinsi Jawa Barat”**. Semoga sholawat dan salam tercurah limpahkan kepada Baginda Rasulullah SAW yang telah menerangi dunia dari masa kegelapan hingga terang menerang seperti saat ini. Penulisan skripsi ini tidak akan selesai dengan baik tanpa adanya bimbingan, bantuan dan dukungan dari berbagai pihak. Penulis menyampaikan rasa terimakasihnya kepada:

1. Bapak H. Juri Ardiantoro, M. Si., Ph. D selaku Rektor Universitas Nahdlatul Ulama Indonesia.
2. Bapak Dede Setiawan, M. Pd selaku Dekan Fakultas Keguruan Dan Ilmu Pendidikan Universitas Nahdlatul Ulama Indonesia.
3. Bapak Anggun Pastika Sandi, M. Pd selaku Wakil Dekan Fakultas Keguruan Dan Ilmu Pendidikan Universitas Nahdlatul Ulama Indonesia.
4. Ibu Renti Aprisyah, M. Pd selaku Ketua Program Studi S1 Pendidikan Guru Pendidikan Anak Usia Dini Universitas Nahdlatul Ulama Indonesia.
5. Bapak Khoiruddin, S. Sos. I, S. Pd., M. Pd selaku Sekretaris Program Studi S1 Pendidikan Guru Pendidikan Anak Usia Dini Universitas Nahdlatul Ulama Indonesia.
6. Ibu Haryanti Jaya Harjani, SST. FT., M. Pd selaku Dosen Pembimbing Skripsi yang dengan ikhlas meluangkan waktunya guna memberikan bimbingan, arahan, petunjuk, dan dorongan yang sangat berharga kepada penulis dalam menyelesaikan skripsi ini.

7. Bapak Irsyad Selaku Kepala Sekolah Lembaga PAUD Al- Muttaqien Kelompok B Desa Candali Rancabungur Bogor yang telah membantu penulis dalam rangka pengumpulan data hingga selesainya skripsi ini.
8. Kepada Kedua Orang Tua Ayah dan Ibu, yang telah mendoakan dan memberikan motivasi serta dukungan agar selalu menjadi pribadi yang selalu semangat dan selalu bersyukur setiap saat.
9. Untuk teman-teman kuliah yang tidak mengenal lelah dalam memberikan support dalam memberikan dukungan langsung maupun tidak langsung hingga selesainya skripsi ini.

Penulis hanya bermohon kepada Allah SWT semoga amal baik Bapak, Ibu, dan rekan-rekan sekalian mendapatkan balasan yang sangat baik dari Allah SWT..... *aamin Yaa Robbal a'lamiin....*

Bogor, 28 Desember 2023

Penulis,



Rosa Fatikarani
NIM: 2021005

ABSTRAK

Rosa Fatikarani, **EDUKASI GIZI SEIMBANG MELALUI KREASI MAKANAN DI LEMBAGA PAUD AL-MUTTAQIEN KELOMPOK B DESA CANDALI KECAMATAN RANCABUNGUR KABUPATEN BOGOR PROVINSI JAWA BARAT**. Skripsi: Program Studi S1 Pendidikan Guru Pendidikan Anak Usia Dini, Fakultas Keguruan Dan Ilmu Pendidikan, Universitas Nahdlatul Ulama Indonesia. Mei 2024.

Edukasi gizi seimbang dapat mencakup jenis edukasi tentang potensi masalah kesehatan dan bagaimana potensi masalah kesehatan dapat terjadi. Kurangnya gizi seimbang pada anak yang berusia antara 0-6 tahun dapat berdampak pada perkembangan mental yang mencakup kecerdasan dan tumbuh kembang pada anak usia dini. Oleh karena itu upaya, penerapan dan peran dari guru, lembaga maupun orang tua sangatlah penting agar anak dapat mengetahui makanan yang mengandung gizi dan menghindari makanan yang kurang bergizi atau tidak baik untuk di konsumsi oleh anak.

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif. Populasi pada penelitian ini yakni semua siswa kelompok B PAUD Al-Muttaqien Desa Candali Kecamatan Rancabungur Kabupaten Bogor Provinsi Jawa Barat yang berjumlah 7 orang. Instrumen yang di gunakan dalam penelitian ini terdiri atas 8 butir soal dengan menggunakan skala likert. Metode yang di gunakan dalam penelitian ini adalah metode kualitatif studi kasus dengan pengumpulan data yang dilakukan di lapangan melalui observasi, wawancara dan dokumentasi guna memperoleh data yang jelas.

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan penelitian ini, maka di peroleh kesimpulan sebagai berikut: 1). Upaya guru dalam meningkatkan gizi seimbang melalui kreasi makanan di lembaga PAUD Al-Muttaqien kelompok B. Guru telah memberikan edukasi kepada anak dengan menggunakan media pembelajaran, praktek kreasi makanan dan penjelasan kepada anak agar anak mengetahui makanan yang bergizi dan menghindari makanan yang berbahaya untuk dikonsumsi oleh anak; 2). Penerapan gizi seimbang di lembaga PAUD Al-Muttaqien kelompok B sudah terealisasikan dengan baik yang melibatkan wali murid secara maksimal dalam program edukasi gizi seimbang, kegiatan tersebut diadakan setiap hari kamis. Dalam kegiatan tersebut anak-anak sangat senang dan dapat menghabiskan makanannya; 3). Peran orang tua untuk mendorong anak mengkonsumsi makanan sehat dan memberikan edukasi mengenai makanan yang baik dan tidak baik kepada anak.

Kata Kunci: Edukasi Gizi Seimbang Melalui Kreasi Makanan, Anak Usia Dini.

ABSTRACT

*Rosa Fatikarani, **BALANCED NUTRITION EDUCATION THROUGH FOOD CREATION AT THE AL-MUTTAQIEN PAUD INSTITUTION GROUP B, CANDALI VILLAGE, RANCABUNGUR DISTRICT, BOGOR DISTRICT, WEST JAVA PROVINCE.** Scientific Papers: Early Childhood Education Teacher Education Study Program, Faculty of Teacher Training and Education, Nahdlatul Ulama University, Indonesia. May, 2024.*

Balanced nutrition education can include education about potential health problems and how potential health problems can occur. One very important component in the growth and development of early childhood is balanced nutrition. Lack of balanced nutrition in children aged 0-6 years can have an impact on mental development which includes intelligence and growth and development in early childhood. Therefore, the efforts, implementation and role of teachers, institutions and parents are very important so that children can know foods that contain nutrients and avoid foods that are less nutritious or not good for children to consume.

This research uses a qualitative approach. The population in this study were all students in group B PAUD Al-Muttaqien, Candali Village, Rancabungur District, Bogor Regency, West Java Province, totaling 7 people. The instrument used in this research consisted of 8 questions using a Likert scale. The method used in this research is a qualitative case study method with data collection carried out in the field through observation, interviews and documentation in order to obtain clear data.

Based on the research results and discussion of this research, the following conclusions were obtained: 1). Teachers' efforts to improve balanced nutrition through food creation at the Al-Muttaqien PAUD Group B, Candali Village, Rancabungur District, Bogor Regency, West Java Province, have gone well. Teachers have provided education to children using learning media, food creation practices and explanations to children so that children know which foods are nutritious and avoid foods which are dangerous for children to consume; 2). The implementation of balanced nutrition in the Al-Muttaqien PAUD group B, Candali Village, Rancabungur District, Bogor Regency, West Java Province, has been well realized, involving maximum student parents in the balanced nutrition education program, this activity is held every Thursday. In this activity the children were very happy and were able to finish their food; 3). The role of parents is to encourage children to consume healthy food and provide education about good and bad foods to children. children like every day, so that their children don't get bored and are interested in eating them.

Keywords: *Balanced Nutrition Education Through Food Creation, Early Childhood.*

DAFTAR ISI

| | |
|---|------|
| LEMBAR PERSETUJUAN SIDANG PROPOSAL..... | ii |
| LEMBAR PERSETUJUAN MUNAQASYAH..... | ii |
| LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN..... | iv |
| LEMBAR PENGESAHAN PENGUJI..... | v |
| KATA PENGANTAR..... | vi |
| ABSTRAK..... | viii |
| ABSTRACT..... | ix |
| DAFTAR ISI..... | x |
| DAFTAR TABEL..... | xiii |
| DAFTAR GAMBAR..... | xiv |
| BAB 1 PENDAHULUAN..... | 1 |
| A. Latar Belakang Penelitian..... | 1 |
| B. Fokus Penelitian | 7 |
| C. Rumusan Penelitian | 7 |
| D. Pertanyaan Penelitian..... | 7 |
| E. Tujuan Penelitian..... | 8 |
| F. Manfaat Penelitian..... | 8 |
| G. Sistematika Penulisan | 9 |
| BAB II KAJIAN TEORI | 10 |
| A. Tinjauan Teori | 10 |
| 1. Edukasi | 10 |
| a. Pengertian Edukasi..... | 10 |
| 2. Gizi Seimbang | 11 |
| a. Pengertian Gizi Seimbang | 11 |
| b. Manfaat Gizi Seimbang | 18 |
| c. Pemahaman Gizi Seimbang | 19 |

| | |
|--|-----------|
| d. Konsep Pola Makan Anak..... | 20 |
| 3. Anak Usia Dini 5-6 Tahun..... | 21 |
| a. Pengertian Anak Usia Dini | 21 |
| b. Pengaruh Gizi dan Perkembangan Anak..... | 22 |
| 4. Membentuk Kreasi Makanan | 24 |
| a. Definisi Membentuk Kreasi Makanan..... | 24 |
| b. Strategi Membentuk Kreasi Makanan | 25 |
| c. Edukasi Gizi Dan Membentuk Kreasi Makanan .. | 26 |
| B. Kerangka Berpikir | 27 |
| C. Tinjauan Penelitian Terdahulu | 29 |
| BAB III METODOLOGI PENELITIAN..... | 33 |
| A. Metode Penelitian | 33 |
| B. Waktu dan Lokasi Penelitian..... | 33 |
| C. Deskripsi Posisi Peneliti | 34 |
| D. Informan Penelitian..... | 35 |
| E. Teknik Pengumpulan Data | 36 |
| F. Kisi-Kisi Instrumen Penelitian..... | 37 |
| G. Teknik Analisis Data | 39 |
| H. Validasi Data (Validitas dan Reliabilitas Data) | 41 |
| BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN | 42 |
| A. Hasil Penelitian | 42 |
| 1. Sejarah Berdirinya Paud Al-Muttaqien..... | 42 |
| 2. Visi, Misi dan Tujuan..... | 43 |
| 3. Struktur Organisasi Paud Al-Muttaqien..... | 44 |
| 4. Keadaan Peserta Didik Paud Al-Muttaqien..... | 44 |
| 5. Sarana dan Prasarana..... | 45 |
| 6. Kurikulum..... | 46 |
| 7. Hasil Penelitian Edukasi Gizi Seimbang Melalui Kreasi Makanan | |

| | |
|---|----|
| di Lembaga Paud Al-Muttaqien Kelompok B | 46 |
| B. Pembahasan..... | 53 |
| 1. Upaya Guru Dalam Meningkatkan Edukasi | |
| Gizi Seimbang..... | 53 |
| 2. Penerapan Edukasi Gizi Seimbang | |
| Melalui Kreasi Makanan..... | 56 |
| 3. Peran Orang Tua Dalam Mendukung Pentingnya Edukasi | |
| Gizi Seimbang..... | 59 |
| BAB V PENUTUP..... | 63 |
| A. Kesimpulan..... | 63 |
| B. Saran..... | 64 |
| DAFTAR PUSTAKA..... | 65 |
| LAMPIRAN..... | 69 |

DAFTAR TABEL

| | |
|---|----|
| Tabel 3.1 Jadwal Penelitian | 34 |
| Tabel 3.2 Kisi-Kisi Instrumen Penelitian..... | 38 |
| Tabel 4.1 Struktur Organisasi..... | 44 |
| Tabel 4.2 Keadaan Peserta Didik..... | 44 |
| Tabel 4.3 Sarana dan Prasarana | 45 |
| Tabel 4.4 Infrastruktur..... | 45 |
| Tabel 4.5 Rekapitulasi Hasil Observasi dan Evaluasi Aktivitas Anak Didik Dalam Edukasi Gizi Seimbang Melalui Kreasi Makanan Di Lembaga Paud Al-Muttaqien Kelompok B Desa Candali Kecamatan Rancabungur Kabupaten Bogor Provinsi Jawa Barat..... | 52 |

DAFTAR GAMBAR

| | |
|---|----|
| Gambar 2.1 Kerangka Berpikir Edukasi Gizi Seimbang Melalui Kreasi Makanan di Lembaga PAUD Al-Muttaqien Kelompok B Desa Candali Kecamatan Rancabungur Kabupaten Bogor Provinsi Jawa Barat..... | 28 |
| Gambar 3.1 Teknik Analisis Data Menurut Miles and Huberman..... | 39 |

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Penelitian

Edukasi gizi seimbang dapat mencakup jenis edukasi tentang potensi masalah kesehatan dan bagaimana potensi masalah kesehatan dapat terjadi. Salah satu komponen yang sangat penting dalam pertumbuhan dan perkembangan anak usia dini ialah pemahaman tentang pemenuhan gizi seimbang karena kekurangan gizi pada anak-anak yang berusia antara nol sampai enam tahun dapat berdampak pada perkembangan mental yang mencakup kecerdasan anak-anak. Kesehatan dan gizi anak sangat penting untuk diperhatikan karena kesehatan dan gizi anak sangat mempengaruhi pertumbuhan dan perkembangan mereka. Anak usia dini yang tidak mendapatkan gizi yang seimbang dan makanan yang kurang sehat akan berdampak pada daya tahan tubuh yang lemah, kurangnya kecerdasan dan rendahnya produktivitas anak.

Menurut laporan *Food and Agriculture Organization* (FAO) pada tahun 2020, ada 768 juta orang yang hidup dalam kondisi gizi buruk, peningkatan 18,1% dari 650,3 juta orang pada tahun sebelumnya. Menurut data FAO, sekitar 870 juta orang dari 1,7 miliar orang hidup dalam kondisi gizi buruk (Alhamidet al., 2021). Pemerintah Indonesia telah melakukan banyak hal untuk mengatasi stunting. Menurut kementerian kesehatan RI mengumumkan bahwa hasil survei status gizi Indonesia (SSGI), yang menunjukkan penurunan antara data 2021 dan 2022. Penurunan mulai terjadi pada tahun 2016, 2018, 2019, 2021, dan 2022, dengan penurunan paling rendah sampai 21,6 persen dalam 10 tahun terakhir. Menurut survei yang dilakukan BKKBN pada tahun 2022, ada 21 juta keluarga di Indonesia yang berisiko terkena stunting.

Pemerintah mendorong semua bagian masyarakat untuk bekerja sama untuk mencegah dan mengatasi stunting karena stunting lebih berbahaya dari gizi buruk. Stunting dapat menyebabkan kerentanan terhadap infeksi karena rendahnya kekebalan tubuh dan tingkat kecerdasan rendah. Sedangkan gizi buruk dapat menyebabkan gangguan metabolisme, kekebalan tubuh rendah, dan ukuran tubuh yang tidak ideal.

Edukasi gizi seimbang ialah upaya yang di lakukan untuk membuat orang lain, individu, kelompok, atau masyarakat dalam melakukan apa yang di harapkan dalam pendidikan, edukasi ini proses belajar dari ketidak tahuan tentang nilai kesehatan menjadi pengetahuan.

Edukasi adalah kebutuhan yang sangat penting bagi kehidupan manusia, Edukasi dapat didefinisikan sebagai pemberian informasi, petunjuk, atau pemahaman yang lebih baik tentang kesehatan.

Anak perlu mengkonsumsi makanan dengan gizi seimbang untuk meningkatkan perkembangan kognitif dan kesehatannya, karena sangat penting bagi tubuh untuk mengkonsumsi makanan yang mengandung zat gizi yang seimbang, terutama pada anak usia dini yang sedang menjalani masa pertumbuhan dan perkembangan yang sangat cepat. Selama masa peka hampir semua bagian tubuh anak akan berkembang dengan cepat, oleh karena itu orang tua dan guru sangat penting dalam memperhatikan serta memberikan nutrisi gizi seimbang untuk membantu anak tumbuh dengan optimal.

Selain itu orang tua harus memberikan makanan yang bervariasi dalam setiap harinya untuk menarik perhatian anak dan memastikan bahwa semua bahan makanan memenuhi kebutuhan nutrisi anak. Pedoman umum gizi seimbang (PUGS) yang di buat oleh dinas kesehatan berfungsi untuk memberikan pedoman kepada masyarakat tentang cara mengkonsumsi dan menerapkan prinsip-prinsip gizi seimbang yang di jelaskan dalam pedoman ialah makanan sangat terkait dengan gizi pada anak usia dini, makanan sehari-

hari yang di pilih dengan baik akan berdampak positif pada tubuh anak. Zat gizi esensial ialah zat gizi yang harus didapat dari makanan saat anak tumbuh dan berkembang, makanan ringan atau jajanan yang mereka konsumsi setiap hari akan mempengaruhi terhadap gizinya dan mempengaruhi pada kesehatannya. Selain mengkonsumsi makanan gizi seimbang penting juga bagi anak usia dini untuk melakukan aktivitas yang bermanfaat, seperti berolahraga dan istirahat yang cukup, selain makanan-makanan yang mengandung gizi seimbang, adanya pola hidup bersih dan sehat akan membentuk terhadap perkembangan dan pertumbuhan anak usia dini dengan baik.

Dalam buku (pedoman gizi seimbang (2014)) menyatakan bahwa masa pertumbuhan dan aktivitas tinggi anak usia 2-5 tahun kebutuhan gizi mereka akan meningkat, anak-anak juga sudah memiliki pilihan tentang apa yang mereka suka dan tidak suka pada makanan yang dikonsumsinya, termasuk jajanan anak usia dini yang di sukainya.

Untuk memenuhi kebutuhan nutrisi anak, orang tua harus memperhatikan perhatian dan tanggung jawab dalam penuhan gizi terhadap anak. Hal ini disebabkan oleh ketidak tahuan orang tua tentang cara memberikan nutrisi yang seimbang kepada anak-anak mereka (Feri Kameliawati, Riska Hediya Putri, Wiwi Febriani,2019). Sangat penting bagi ibu untuk mengetahui tentang pentingnya gizi seimbang terhadap anak, agar anak dapat mendapatkan cukup gizi untuk tubuh mereka dan untuk mengurangi jumlah anak yang kekurangan gizi. Pendekatan yang digunakan untuk melakukan penyuluhan agar diharapkan akan sesuai dengan program pengabdian kepadamasyarakat (Yoko,2019).

Dalam memastikan bahwa anak usia dini mengkonsumsi makanan yang sehat dan bergizi, terlebih dahulu penting bagi anak untuk memahami apa itu gizi seimbang, sebelum mereka mengkonsumsi makanan yang anak suka. Hal ini dapat dilakukan dengan berbagai cara seperti berbicara pada anak atau

menggunakan kreasi membuat makanan yang unik untuk menarik minat pada anak usia dini. Anak usia dini biasanya lebih suka dengan media atau kreasi yang unik karena anak usia dini adalah waktu dimana anak-anak menghabiskan sebagian besar waktu mereka untuk bermain, pembelajaran anak usia dini sebagian berfokus pada mendorong perkembangan dan pertumbuhan anak usia dini. Edukasi mengenai gizi seimbang dengan mengajarkan anak untuk menggunakan kreasi dalam mengenalkan pada makanan yang mengandung gizi seimbang. Diharapkan ini akan meningkatkan keadaan gizi seimbang dan dorongan untuk mengkonsumsi makanan sehat yang mengandung gizi seimbang untuk meningkatkan tumbuh kembang anak.

Hasil observasi yang dilakukan pada bulan Desember 2023 menunjukkan bahwa Lembaga PAUD Al-Muttaqien masih kekurangan media pembelajaran terutama dalam membahas tentang gizi seimbang oleh karena itu mereka belum sadar sepenuhnya akan pentingnya makanan yang sehat dan bergizi. Selain itu, peneliti juga melihat bahwa pemahaman tentang gizi seimbang hanya di jelaskan pada jadwal tema tertentu seperti contohnya tema makanan favorit, sayuran, dan buah- buahan, Padahal Edukasi gizi seimbang terhadap anak usia dini dapat membantu anak untuk memahami cara memilih makanan yang baik dan memiliki nilai gizi yang tinggi untuk tubuh mereka. Edukasi gizi seimbang diharapkan mengajarkan anak tentang bahaya jika mengkonsumsi makanan yang tidak sehat dan mengetahui jika mengkonsumsi makanan yang sehat akan lebih baik untuk kesehatannya, karena anak masih kurang suka dengan makanan berupa buah-buahan, ikan dan sayuran. Anak lebih suka pada makanan ringan kemasan dan siap saji yang belum diuji gizinya.

Selain itu, orang tua mereka cenderung lebih menuruti makanan apa yang di sukai oleh anak, sehingga anak merasa nyaman dan senang dengan pilihan makanan yang ia pilih. Standar anak-anak hanya menyukai satu jenis makanan tanpa mengkonsumsi makanan yang bervariasi, seharusnya anak usia dini

mengonsumsi berbagai makanan dalam satu porsi sebagaimana yang telah disebutkan dalam pedoman gizi seimbang. Jika anak sering mengonsumsi makanan instan, dampak negatifnya adalah anak menjadi tidak suka sayuran dan anak lebih cenderung mengonsumsi bahan makanan tertentu.

Padahal konsumsi sayuran sangat penting untuk pertumbuhan dan kesehatan anak, dan peran orang tua dalam memberi anak makanan yang sehat adalah salah satu penyebab kurangnya pemenuhan gizi anak. Kebanyakan orang tua tidak memiliki kemampuan untuk memasak makanan yang mengandung nutrisi yang cukup, terutama mereka yang bekerja atau memiliki aktivitas di luar rumah.

Jika anak sering mengonsumsi makanan instan, dampak negatifnya adalah anak menjadi tidak suka sayuran dan anak lebih cenderung mengonsumsi bahan makanan tertentu. Padahal konsumsi sayuran sangat penting untuk pertumbuhan dan kesehatan anak, Peran orang tua dalam memberi anak makanan yang sehat adalah salah satu penyebab kurangnya pemenuhan gizi anak. Kebanyakan orang tua tidak memiliki kemampuan untuk memasak makanan yang mengandung nutrisi yang cukup, terutama mereka yang bekerja atau memiliki aktivitas di luar rumah.

Dan selain itu, Kantin sekolah juga memiliki peran yang sangat penting untuk memantau atau mengawasi makanan dan minuman yang akan di makan oleh anak, jajanan yang beredar di sekolah PAUD atau TK, sangat memprihatinkan karena banyak penjual tidak sadar akan bahaya terhadap kesehatan anak (Rosy A. Sparringa. 2021:111).

Temuan lapangan lain menunjukkan bahwa orang tua jarang untuk membekali pada bekal sekolah anak dan sebagian besar anak jarang memakan bekal. Hal ini menjadi motivasi anak untuk membeli makanan yang di jual di kantin sekolah dan di tempat lain. Makanan yang di konsumsi oleh anak juga mempengaruhi pada tumbuh kembang anak, berat badan, dan ketahanan

terhadap penyakit. Dari semua masalah yang ada, sangat disayangkan jika semakin banyak anak yang mengkonsumsi makanan yang tidak steril dan makanan yang tidak mempunyai komponen nutrisi atau gizi seimbang yang bisa berdampak buruk terhadap tubuh anak. Satu cara untuk menghindari masalahnya adalah memberi anak makan yang sehat dan bergizi.

Dalam hal ini pihak sekolah terutama guru atau orang tua, berperan sebagai perantara dalam mengenalkan materi atau praktek tentang makanan yang bergizi dan makanan yang tidak bergizi, melalui pembelajaran secara langsung. Sesuai permasalahan di atas, membentuk kreasi makanan adalah kegiatan yang sangat cocok untuk mengajarkan gizi seimbang pada anak usia dini agar anak dapat mengurangi mengkonsumsi makanan yang kurang bergizi dan akan berdampak pada kesehatannya. Anak akan di libatkan dalam kegiatan membentuk makanan, tentunya anak-anak akan tertarik untuk mencoba makanan yang sudah susah payah anak buat dengan hasil kreasinya sendiri, guru dapat memberikan pengertian tentang bagaimana makanan yang baik berguna untuk kesehatan dan gizi seimbang untuk anak. Melalui kegiatan tersebut, guru dapat menunjukkan kepada anak bagaimana makanan-makanan itu dapat di buat dari sayuran dan nasi yang dapat di ubah menjadi bunga, hewan, atau apapun yang anak inginkan, Penulis tertarik untuk melakukan penelitian tentang masalah **“Edukasi Gizi Seimbang Melalui Kreasi Makanan di Lembaga PAUD Al-Muttaqien Kelompok B Desa Candali Kecamatan Rancabungur Kabupaten Bogor Provinsi Jawa Barat”**.

B. Fokus Penelitian

Berdasarkan latar belakang yang telah dikemukakan sebelumnya, penelitian ini bertujuan untuk menyelidik bagaimana edukasi gizi seimbang dilaksanakan di kelompok B. Fokus penelitian ini adalah edukasi gizi seimbang anak usia dini di kelompok B, serta penulis menggunakan metode penelitian kualitatif studi kasus yang digunakan untuk melakukan penelitian ini.

C. Rumusan Penelitian

Rumusan penelitian berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan di atas maka dapat dirumuskan penelitian yang diteliti sebagai berikut:

1. Upaya guru dalam meningkatkan edukasi gizi seimbang di lembaga Paud Al-Muttaqien Desa Candali Kecamatan Rancabungur Kabupaten Bogor Provinsi Jawa Barat.
2. Penerapan edukasi gizi seimbang melalui kreasi makanan di lembaga Paud Al-Muttaqien Kelompok B Desa Candali Kecamatan Rancabungur Kabupaten Bogor Provinsi Jawa Barat.
3. Peran orang tua dalam mendukung pentingnya edukasi gizi seimbang di Lembaga Paud Al-muttaqien Kelompok B Desa Candali Kecamatan Rancabungur Kabupaten Bogor Provinsi Jawa Barat.

D. Pertanyaan Penelitian

- a. Bagaimana upaya guru dalam meningkatkan edukasi gizi seimbang di lembaga Paud Al-Muttaqien Desa Candali Kecamatan Rancabungur Kabupaten Bogor Provinsi Jawa Barat?
- b. Bagaimana penerapan edukasi gizi seimbang melalui kreasi makanan di lembaga Paud Al-Muttaqien Kelompok B Desa Candali Kecamatan Rancabungur Kabupaten Bogor Provinsi Jawa Barat?

- c. Bagaimana peran orang tua dalam mendukung pentingnya edukasi gizi seimbang Di Lembaga Paud Al-muttaqien Kelompok B Desa Candali Kecamatan Rancabungur Kabupaten Bogor Provinsi Jawa Barat?

E. Tujuan Penelitian

Sesuai dengan rumusan penelitian yang telah diuraikan di atas, maka tujuan penelitian, sebagai berikut:

- a. Untuk mengetahui bagaimana upaya guru dalam meningkatkan edukasi gizi seimbang di lembaga Paud Al-Muttaqien Desa Candali Kecamatan Rancabungur Kabupaten Bogor Provinsi Jawa Barat.
- b. Untuk mengetahui bagaimana penerapan edukasi gizi seimbang melalui kreasi makanan di lembaga Paud Al-Muttaqien Kelompok B Desa Candali Kecamatan Rancabungur Kabupaten Bogor Provinsi Jawa Barat.
- c. Untuk mengetahui bagaimana peran orang tua dalam mendukung pentingnya edukasi gizi seimbang Di Lembaga Paud Al-Muttaqien Kelompok B Desa Candali Kecamatan Rancabungur Kabupaten Bogor Provinsi Jawa Barat.

F. Manfaat Penelitian

Berdasarkan hasil penelitian tentang penerapan edukasi gizi seimbang di kelompok B diharapkan agar memberikan berbagai manfaat di antaranya:

- a. Untuk Sekolah

Memberikan masukan bagi sekolah dalam menerapkan edukasi gizi seimbang tentang pentingnya memperhatikan dan memberikan gizi seimbang pada anak usia dini dalam mendukung keoptimalan pada tumbuh kembang anak.

- b. Untuk Guru

Menambah wawasan dan pengetahuan tentang edukasi gizi seimbang mengenai peran yang digunakan dalam meningkatkan mutu pendidikannya.

c. Untuk Orang Tua

Memberi masukan kepada orang tua bagaimana cara memperhatikan anak dalam mengkonsumsi makanan yang mengandung gizi seimbang dan mengawasi anak agar tidak membeli jajanan sembarangan.

d. Untuk Peserta Didik

Sebagai acuan bagi anak dalam meningkatkan edukasi gizi seimbang dan memberikan arahan agar anak tidak mengkonsumsi makanan sembarangan dan mengetahui pentingnya gizi seimbang untuk tubuhnya.

e. Untuk Masyarakat

Memberikan pengertian tentang edukasi gizi seimbang dalam menjaga pola makan dan mengetahui apa itu gizi seimbang.

F. Bagi Dunia Pendidikan

Diharapkan dapat memberikan sumbangan yang positif untuk meningkatkan gizi seimbang di lingkungan sekolah untuk meningkatkan mutu pendidikannya.

G. Sistematika Penulisan

Sistematika penulisan penelitian ini meliputi:

BAB I pendahuluan, meliputi latar belakang penelitian, fokus penelitian, rumusan penelitian, pertanyaan penelitian, tujuan penelitian, manfaat penelitian, dan sistematika penulisan, BAB II meliputi dari kajian teori, kerangka berpikir, dan tinjauan penelitian terdahulu. BAB III berisi informasi tentang metode penelitian, waktu dan lokasi penelitian, serta deskripsi posisi peneliti dan informasi penelitian, hal ini mencakup teknik pengumpulan data, kisi-kisi instrumen penelitian, metode analisis data, dan validasi data (validitas dan reliabilitas data).

BAB IV berisi tentang tentang hasil penelitian dan pembahasan. BAB V mencakup penutup yang berisi tentang kesimpulan dan saran. Pada bagian akhir, daftar pustaka dan lampiran yang terkait dengan penelitian.

BAB II

KAJIAN TEORI

A. Tinjauan Teori

1. Edukasi

a. Pengertian Edukasi

Edukasi merupakan semua upaya yang dilakukan untuk membuat orang lain, individu, kelompok, atau masyarakat melakukan apa yang diharapkan dari mereka yang di sebut dengan pendidikan. Edukasi adalah proses belajar dari ketidak tahuan tentang nilai kesehatan menjadi pengetahuan. Edukasi kebutuhan yang sangat penting bagi kehidupan manusia untuk mempertahankan atau meningkatkan pengetahuan seseorang atau masyarakat.

Edukasi dapat di definisikan sebagai pemberian informasi, petunjuk, atau pemahaman yang lebih baik tentang kesehatan, edukasi dapat mencakup jenis tentang potensi masalah kesehatan dan bagaimana potensi masalah kesehatan dapat terjadi dan bagaimana cara dalam menghindari masalah penyakit tertentu.

Tujuan Edukasi menurut Undang-Undang Kesehatan No. 23 tahun 1992 dan WHO adalah untuk membantu orang mempertahankan dan meningkatkan kesehatan fisik, mental, dan sosial. Pendidikan kesehatan di semua program kesehatan, termasuk pemberantasan penyakit menular, sanitasi lingkungan, gizi masyarakat, dan program kesehatan lainnya, produktif secara ekonomi maupun sosial. Sasaran edukasi kesehatan adalah untuk mendorong individu, keluarga, kelompok, dan masyarakat untuk berperilaku sehat, baik di sekolah, rumah, dipuskesmas, atau dimasyarakat. Seperti yang diharapkan untuk mendapatkan tingkat kesehatan terbaik. Edukasi merupakan perilaku individu, kelompok, atau masyarakat dapat berdampak positif pada pemeliharaan dan peningkatan kesehatan.

Agar intervensi atau upaya tersebut berhasil, intervensi atau upaya tersebut harus dilakukan dengan benar. Sebelum intervensi dilakukan, masalah perilaku harus dianalisis.

Edukasi adalah metode pengajaran (Notoatmodjo 2014). Edukasi tidak hanya memiliki dampak besar pada kemajuan seseorang, tetapi juga memiliki dampak besar pada kemajuan negara. Berdasarkan uraian di atas, dapat disimpulkan bahwa merencanakan, memantau, menggunakan metode, mendeskripsikan dan mengevaluasi merupakan hal penting untuk edukasi atau pendidikan itu sendiri.

2. Gizi Seimbang

a. Pengertian Gizi Seimbang

Kata “gizi” berasal dari Bahasa mesir yang memiliki arti “makanan”. Dalam bahasa inggris, kata “gizi” berubah menjadi “nutrition”, dan di ubah menjadi “zat gizi” dalam bahasa Indonesia gizi mengacu pada proses perubahan makanan yang masuk ke dalam tubuh. Tubuh menerima berbagai zat yang membantunya untuk bertahan hidup.

Gizi seimbang adalah proses untuk mempertahankan kehidupan, pertumbuhan dan fungsi normal organ tubuh serta untuk menghasilkan tenaga, manusia menggunakan makanan yang dikonsumsi secara normal melalui proses pencernaan.

Gizi seimbang sangat penting untuk pertumbuhan dan perkembangan anak usia dini. Jika anak usia awal antara (0-6 Tahun) tidak menerima gizi yang cukup hal itu dapat berdampak pada perkembangan mental, dan kecerdasan anak (Bunga Astria Paramashanti 2019 :1).

Dalam arti luas, gizi seimbang adalah bahan atau komponen yang ada dalam makanan yang berpengaruh terhadap tubuh orang yang memakannya. untuk menambah daya tubuh, seperti mengonsumsi protein, lemak, karbohidrat, vitamin, mineral, dan air.

Penggunaan makanan tersebut merupakan gizi yang dikonsumsi oleh makhluk hidup secara rutin melalui proses penyimpanan, metabolisme dan pengeluaran bahan yang tidak digunakan untuk mempertahankan kehidupan, pertumbuhan dan fungsi normal organ-organ dan pembentukan energi. Setelah dikonsumsi, dicerna, dan diserap oleh tubuh, zat-zat ini sangat bermanfaat bagi kesehatan. Gizi menurut (Tuti Sunardi) adalah hal yang dapat mengontrol proses perubahan dari semua jenis makanan yang dapat masuk ke dalam tubuh untuk membantu mempertahankan kesehatannya.

(Nirmala Devi) mengatakan gizi adalah nutrisi yang berasal dari berbagai makanan dalam membantu pertumbuhan, pemeliharaan dan perbaikan jaringan tubuh.

Menurut (Rusilanti dkk. 2015 : 1-2) Gizi adalah bahan kimia yang ditemukan dalam makanan yang digunakan oleh tubuh sebagai sumber energi, dan makanan juga memiliki kemampuan untuk membantu pertumbuhan, perbaikan, dan perawatan sel-sel tubuh.

Ada juga yang mengatakan bahwa gizi seimbang adalah semua proses yang dilakukan tubuh oleh makhluk hidup untuk menerima bahan-bahan dari lingkungannya dan menggunakan bahan-bahan tersebut agar menghasilkan berbagai fungsi penting tubuhnya sendiri, istilah "nutrisi" atau "unsur gizi" biasanya digunakan untuk menggambarkan bahan apapun yang dicerna, diserap, dan digunakan tubuh untuk menjalankan fungsinya. Semua nutrisi terdiri dari protein, lemak, mineral, vitamin dan air nutrisi ini sangat dibutuhkan oleh tubuh. Namun, nutrisi, juga berperan sebagai "gizi", merupakan istilah yang menunjukkan pada makanan dan minuman yang mengandung nutrisi yang sangat penting bagi kesehatan tubuh. (Rusilanti dkk. 2013).

Makanan sehari-hari yang dipilih dengan baik akan memberikan semua zat gizi yang diperlukan tubuh untuk berfungsi dengan baik, makanan yang tidak dipilih dengan baik akan menyebabkan tubuh kekurangan zat gizi tertentu.

Gizi seimbang harus memperhatikan kemampuan tubuh anak untuk mengonsumsi makanan, umur, jenis kelamin, aktivitas, dan kondisi medis yang sehat.

Memenuhi gizi seimbang dengan makanan yang mengandung karbohidrat, protein, lemak, vitamin dan mineral yang akan membantu menyeimbangkan kebutuhan gizi pada anak usia dini (Hesti Widuri. Dedi Marwadi Pamungkas 2013 : 25).

Landasan tersebut banyak istilah dalam ilmu gizi bercampur dengan istilah sehari-hari, yang sering menjadikan orang keliru. Ini termasuk ilmu gizi, nutrisi, bahan makanan, hidangan, dan status gizi (Hardiansyah & Dewa Nyoman Suparias 2017:198) ialah:

- 1) Studi tentang makanan dalam kaitannya dengan kesehatan optimal.
- 2) Dikenal sebagai ilmu gizi nutrisi adalah bahan makanan yang diperlukan tubuh untuk menyediakan energi, membangun, mempertahankan dan mengelola proses kehidupan dalam tubuh.
- 3) Makanan terdiri dari zat gizi dan ikatan kimia yang dapat di ubah oleh tubuh menjadi zat gizi yang bermanfaat.
- 4) Makanan pertanian, perikanan, peternakan termasuk beras, jagung, daging, ikan laut, sayur-sayuran, buah-buahan, telur, susu, dan lainnya.
- 5) Satu atau beberapa jenis makanan yang disajikan untuk dimakan, seperti makanan malam yang terdiri dari nasi, lauk, sayuran, buah-buahan dan lainnya di sebut hidangan.
- 6) “Pangan” adalah istilah yang mengacu pada semua bahan makanan.
- 7) “Status Gizi” adalah keadaan tubuh yang di sebabkan oleh konsumsi makanan dan penggunaan zat gizi.

Dari berbagai pendapat yang telah di sebutkan di atas, penulis dapat membuat kesimpulan bahwa gizi adalah nutrisi yang dibutuhkan tubuh setiap hari, gizi ini berguna untuk menghasilkan tenaga. Makanan yang memiliki nutrisi yang dibutuhkan terhadap tubuh, gizi seimbang sangat penting untuk pertumbuhan dan perkembangan.

Gizi seimbang sangatlah dibutuhkan untuk perkembangan setiap aspek anak dan mendorong perkembangan otak anak, dengan demikian anak yang sehat dan mendapatkan asupan gizi yang cukup dan seimbang akan memiliki daya tahan tubuh yang baik. Anak-anak yang mendapatkan asupan gizi akan menjadikan anak menjadi cerdas dan tidak mudah sakit.

Makanan yang memiliki gizi seimbang dapat memenuhi kebutuhan gizi tubuh. Jenis makanan yang dianggap sehat dan bergizi mengandung berbagai zat yang membantu tubuh manusia saat tumbuh dan kembang (Milah, 2019). Termasuk makanan bergizi, yang mencakup lemak, protein, karbohidrat, vitamin, dan mineral (Frisca Siahaan, 2017).

Pedoman Gizi Seimbang, yang dijelaskan dalam peraturan menteri kesehatan republik indonesia No. 41 tahun 2014, menjelaskan gizi seimbang sebagai menu makanan yang harus dikonsumsi seseorang setiap hari dan mencakup semua zat gizi yang dibutuhkan tubuh manusia untuk memenuhi kebutuhan sehari-harinya. Kebutuhan fisik, keanekaragaman pangan, PHBS (Perilaku Hidup Bersih dan Sehat), dan memperhatikan berat badan secara teratur merupakan komponen dari bahan gizi ini. Tujuan dari pengawasan ini adalah untuk menjaga berat badan yang ideal dan mencegah kekurangan gizi. Hal tersebut juga menyebabkan orang tua lebih memahami gizi seimbang. Pemahaman yang baik tentang gizi seimbang akan mempengaruhi peningkatan dan kualitas makanan dan minuman yang dikonsumsi serta kesehatan terhadap anak (Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 41 Tahun 2014 Tentang Pedoman Gizi Seimbang, 2014).

Makanan merupakan sumber nutrisi penting untuk memenuhi kebutuhan anak untuk tumbuh kembang yang optimal sehingga anak dapat mencapai kesehatan yang baik, termasuk kesehatan fisik, kesehatan mental, dan kesehatan sosial.

Pendapat umum bahwa pencegahan adalah cara terbaik dan paling efisien dari pada pengobatan, harus benar-benar diterapkan untuk mencegah gangguan gizi pada anak.

Tercapainya keadaan gizi dan kesehatan yang baik dan seimbang merupakan tujuan utama Millennium Development Goals (MDGs) yang direncanakan UNICEF pada tahun 2015.

Anak membutuhkan gizi seimbang setiap hari yang terdiri dari karbohidrat, lemak, protein, vitamin, dan mineral. Makanan yang berguna untuk pertumbuhan merupakan sumber gizi ini. pertumbuhan fisik dan otak (intelegensia). Penampilan umum anak (berat badan dan tinggi badan), tanda-tanda fisik, motorik, fungsional, emosi, dan kognitif dapat dilakukan untuk mengetahui status gizi dan kesehatan anak secara keseluruhan.

Dengan pertimbangan prinsip keanekaragaman atau variasi makanan, gizi seimbang adalah susunan makanan sehari-hari yang mengandung zat gizi dalam jenis dan jumlah yang sesuai dengan kebutuhan tubuh, aktivitas, kebersihan, dan berat badan ideal (BB).

Secara umum, gizi yang seimbang terdiri dari 50-60 persen karbohidrat, 10-20 persen protein, dan 20-30 persen lemak, konsumsi gula sebaiknya dibatasi sampai 5% dari jumlah energi yang dikonsumsi, atau sekitar 3-4 sendok makan setiap hari. Dengan mempertimbangkan berbagai pendapat tentang definisi gizi seimbang, penulis dapat menyimpulkan bahwa gizi seimbang mencakup berbagai makanan yang memenuhi kebutuhan nutrisi tubuh yang mengandung zat tenaga dari lemak, protein, karbohidrat, vitamin.

(Pedoman gizi seimbang (PGS) di buat oleh Kementrian Kesehatan dengan nomor 41 tahun 2014), dan dapat digunakan sebagai pedoman perilaku untuk memastikan bahwa anak-anak mendapatkan nutrisi yang sehat:

- 1) Biasakan makan bersama keluarga tiga kali sehari (pagi, siang dan malam).
- 2) Perbanyak makanan protein seperti ikan dan sayur.
- 3) Perbanyak buah-buahan dan sayuran.
- 4) Biasakan membawa bekal makanan dan air putih dari rumah.
- 5) Kurangi makanan cepat saji, jajanan, dan makanan selingan yang manis.

Selama masa pertumbuhan anak, pemenuhan gizi seimbang yang baik sangat penting untuk kehidupan mereka di masa mendatang. Jika anak mendapatkan nutrisi yang buruk pada saat ini, maka nanti akan berdampak pada pertumbuhan mereka di masa mendatang (Chandra, Suhenny, Kusnady, Utama, & Han, 2019).

Akibatnya, orang tua sangat penting untuk menyediakan makanan yang bergizi (Rambe, 2017). Orang tua harus bijak dalam mengelola keuangan keluarga mereka. Dengan membuat makanan sendiri, mereka akan menghemat uang daripada membeli makanan siap saji atau pesan *online*. Diharapkan anak-anak mendapatkan asupan gizi yang seimbang setiap hari karena banyak bahan makanan bergizi tersedia dengan harga terjangkau.

Penyediaan, pengolahan, konsumsi, penyerapan, dan penggunaan zat gizi makanan sangat penting untuk menjaga status gizi seimbang. Makanan yang dikonsumsi setiap hari harus mengandung zat tenaga, pembangun, dan pengatur (Rustiaria, 2017).

Meningkatkan daya tahan tubuh dan meningkatkan kualitas hidup di masa depan, yang sangat penting terhadap anak (Tapung, Regus, Payong, Rahmat, & Jelahu, 2020).

Meningkatnya daya tahan tubuh akan melindungi tubuh dari infeksi dan penyakit menular lainnya. Mengikuti prinsip gizi seimbang, pola makan sehari-hari harus mengandung nutrisi dalam jumlah dan jenis yang sesuai dengan kebutuhan setiap individu atau kelompok umur, pola makan ini harus mengikuti empat prinsip dasar yaitu sebagai berikut.

✓ **Makanan yang beraneka ragam**

Makanan yang beraneka ragam sangat dibutuhkan oleh tubuh, karena tubuh tidak memiliki semua gizi, makanan yang bervariasi sangat penting untuk anak. Makanan yang beraneka ragam berupa lauk-pauk, sayur-sayuran, dan buah-buahan, harus termasuk dalam menu utama dan makanan selingan. Umur, jenis kelamin, dan banyaknya aktifitas fisik mempengaruhi pada jumlah makanan yang dibutuhkan oleh tubuh.

Berikut beberapa contoh berbagai jenis makanan yang sesuai dengan gizi seimbang yaitu:

- a) Sangat penting untuk minum 8 gelas air putih setiap hari.
- b) Nasi, jagung, ubi kayu, dan berbagai jenis ubi sama-sama berfungsi sebagai sumber karbohidrat (energi).
- c) Susu adalah sumber kalsium dan protein, dan telur atau sepotong daging dapat digunakan untuk menggantikan segelas susu.
- d) Gula, yodium menu gizi seimbang dan sehat sederhana seperti, nasi dengan sayur di masak dengan kaldu ayam, sepori tahu goreng, dan satu buah pisang.

✓ **Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS)**

Perilaku hidup bersih dan sehat merupakan kebutuhan penting mencegah penyebaran kuman yang menyebabkan penyakit infeksi, penyakit infeksi dapat memperburuk kondisi gizi anak usia dini, pola makan sehat yang tidak diikuti dengan perilaku hidup bersih, seperti mencuci tangan, menutup makanan dan minuman dapat berdampak pada gizi anak.

Hidup bersih juga bisa dilakukan dengan mandi, menggosok gigi, menggunakan sabun sebelum makan dan sesudah buang air kecil maupun besar, Gunting kuku secara teratur, minum air matang, cuci buah dan sayur yang akan di makan oleh anak, dan buang sampah pada tempatnya. Salah satu cara anak sekolah menggunakan PHBS di sekolah ialah dengan cara membawa jajanan atau bekal, karena jajanan di kantin sekolah khawatir tidak higienis, mencuci tangan dengan air bersih dan menggunakan sabun, menggunakan toilet sekolah dan menjaga kebersihan toilet, berpartisipasi dalam kegiatan olahraga fisik untuk meningkatkan kebugaran dan kesehatan peserta didik, memberantas jentik nyamuk secara teratur, dan mengawasi pada kesehatan anak.

Dengan demikian dalam menerapkan PBHS di sekolah siswa, guru, maupun masyarakat lingkungan sekolah, mereka dapat di latih mengenai bagaimana cara mencegah penyakit dan meningkatkan kesehatan mereka dalam berkontribusi aktif pada penerapan lingkungan sekolah yang nyaman dan sehat.

Berdasarkan berbagai pendapat kesimpulannya ialah tubuh dapat memperoleh gizi yang sangat di butuhkan dari makan yang dikonsumsi dari sehari-hari, oleh karena itu gizi sangat penting bagi anak-anak untuk membantu perkembangan semua aspek perkembangan mereka dan juga untuk mendorong perkembangan otak mereka. akibatnya, anak yang kebal terhadap penyakit dan cukup gizi akan menjadi lebih cerdas dan tidak mudah sakit.

b. Manfaat Gizi Seimbang

Manfaat gizi seimbang dapat menentukan perkembangan otak dan kecerdasan anak. Dan sistem kekebalan anak atau sistem imun sehingga anak tidak terkena penyakit diare maupun cacingan. Orang tua, guru, dan pengelola sekolah lainnya dapat membantu anak usia sekolah tetap sehat. sistem saraf yang ada di dalam tubuh. Otak baru berangsur-angsur sempurna seiring

bertambahnya usia dan bergantung pada kualitas dan kuantitas gizi yang diberikan kepada anak. Oleh karena itu, salah satu cara untuk mencegah masalah gizi anak usia sekolah adalah dengan memberikan edukasi gizi yaitu memberi tahu anak-anak usia sekolah betapa pentingnya makan makanan seimbang untuk mencegah masalah gizi dan kesehatan untuk memenuhi kebutuhan nutrisi anak usia sekolah dengan menyediakan berbagai jenis makanan.

Anak usia sekolah mengalami pertumbuhan fisik, kecerdasan, mental, dan emosional yang sangat cepat. Untuk memastikan bahwa anak tumbuh sehat dan mampu mencapai prestasi belajar yang tinggi, sangat penting untuk mereka makan makanan yang kaya nutrisi. Rendahnya asupan energi menyebabkan masalah gizi anak usia sekolah di Indonesia (karbohidrat, protein, dan lemak) dalam makanan sehari-hari serta karena penyakit infeksi yang tidak memenuhi AKG. Perkembangan sistem saraf dan otak seorang anak menentukan kepandaian mereka.

c. Pemahaman Edukasi Gizi Seimbang Pada Anak Usia Dini.

Sangat penting untuk memahami pentingnya gizi seimbang untuk pertumbuhan dan perkembangan anak, konsep gizi seimbang untuk anak usia dini mencakup makanan seperti karbohidrat, nasi dan singkong, protein dari tahu dan tempe, lemak hewan dan gajih, vitamin dari sayuran, buah-buahan, dan zat besi berupa air dan susu. Selain itu, anak-anak dapat mengkonsumsi berbagai jenis makanan dan porsi yang sesuai.

Makanan yang dimakan anak usia dini tujuannya untuk dididik dengan makanan secara teratur dan terawat dengan baik, higienis dan aman. Pemahaman manusia tentang nutrisi disebut pengetahuan gizi. Pada penelitian Rahmiwati (2007), hanya 6% remaja yang tahu tentang gizi yang tepat, 43% tahu sedang, dan 50% tahu kurang (Maria, 2018) Pengetahuan tentang nutrisi seseorang dapat memengaruhi cara mereka memilih makanan dan minuman

yang seimbang. Pengetahuan tentang nutrisi ini dikenal sebagai tingkat pengetahuan gizi. Oleh karena itu, gizi remaja dapat menentukan kualitas gizi dan kesehatan seseorang selama siklus hidupnya. Di mana pengetahuan, sikap, dan perilaku gizi remaja memengaruhi status gizi mereka (Permatasari et al., 2022).

d. Konsep Pola Makan Anak

Makanan yang dikonsumsi oleh anak usia dini sangat mempengaruhi perkembangan fisik. Orang tua memiliki peran untuk melakukan pengontrolan dan pengawasan terkait dengan pola makan anak karena anak usia dini rentan terkena penyakit terutama permasalahan gizi. Pola makan yang tidak sehat akan berdampak pada kesehatan fisik anak, pola makan anak usia dini saat ini banyak yang tidak baik untuk dikonsumsi, akan tetapi anak-anak lebih menyukai dengan makanan-makanan yang tidak baik untuk dikonsumsi.

Anak usia dini biasanya anak lebih menyukai makanan nugget, burger, permen, chiki, yang dijual di jalan yang mengandung lemak, dan pewarna makanan yang berbahaya jika dikonsumsi secara teratur dan mengandung zat aditif lainnya.

Hal ini bisa menyebabkan obesitas pada anak usia dini jika makanan tersebut dikonsumsi secara teratur oleh anak, karena obesitas adalah memperlihatkan perbandingan tinggi dan berat badan, yang lebih tinggi 120 persen dari standar, obesitas pada anak-anak merupakan gambaran pada ketidakseimbangan antara energi yang dikonsumsi terhadap energi yang dikeluarkan. Anak usia dini tidak melakukan aktivitas secara rutin dan sering mengonsumsi makanan yang berlemak secara berlebihan, cemilan ialah faktor yang bisa menyebabkan obesitas pada anak.

Penulis dapat menyimpulkan bahwa anak usia dini tidak mengetahui pentingnya gizi seimbang, anak lebih suka memakan yang bahan yang berbahaya untuk kesehatannya. Konsep makan anak berubah pada kurangnya pengetahuan anak tentang gizi seimbang, makanan yang di jual di jalanan dengan kemasan warna, dan kemasan yang mencolok sangat di sukai oleh anak usia dini.

3. Anak Usia Dini 5-6 Tahun.

a. Pengertian Anak Usia Dini

Masa kanak-kanak usia dini dikenal sebagai masa keemasan, juga dikenal sebagai *golden age*. Saat ini otak seorang anak berkembang paling cepat sepanjang kehidupannya. Hal ini terjadi dari bayi dalam kandungan hingga usia dini, yaitu dari nol hingga enam tahun. Namun, periode yang paling penting adalah dari bayi dalam kandungan hingga lahir, yaitu dari usia empat tahun. Otak anak tumbuh dengan sangat cepat selama periode ini Oleh karena itu, sangat penting untuk memperhatikan anak.

Guru Pendidikan Anak Usia Dini (PAUD) harus mengembangkan enam aspek perkembangan. Keenam komponen tersebut adalah kognitif, sosial emosional, bahasa, dan nilai agama dan moral fisik dan seni (Kemendikbud, 2014).

Perkembangan kognitif adalah komponen perkembangan yang dikembangkan. Standar Tingkat Pencapaian Perkembangan Anak (STPPA), yang ditetapkan dalam Permendikbud 137 tahun 2014, menetapkan indikator perkembangan kognitif pada anak usia dini.

Proses meningkatkan tubuh kembang terhadap tubuh anak, dari yang pendek menjadi panjang, dan sebagainya karena penambahan bahan atau zat dasar yang tidak dapat diperbaiki atau dipulihkan.

Peningkatan pertumbuhan dapat di pengaruhi oleh peningkatan ukuran masing-masing sel. Sementara perkembangan adalah proses mencapai sesuatu

kecepatan. Alat reproduksi yang berfungsi pada usia dewasa menunjukkan seberapa dewasa seseorang. Perkembangan tidak dapat diukur, tidak seperti pertumbuhan. Penampilan kemampuan, yang dihasilkan dari kematangan saraf pusat, terutama di otak, terkait dengan perkembangannya. Dari berbagai pendapat di atas, penulis dapat menyimpulkan bahwa anak usia dini adalah masa kanak-kanak usia dini dikenal sebagai masa keemasan, juga dikenal sebagai *golden age*, otak seorang anak berkembang paling cepat sepanjang kehidupannya. Hal ini terjadi dari bayi dalam kandungan hingga usia dini, yaitu dari nol hingga enam tahun.

b. Pengaruh Gizi dan Perkembangan Anak.

Anak Usia Dini mengalami tumbuh kembang yang signifikan, yang dapat mempengaruhi penyakit dan kekurangan gizi. Kreativitas, kemampuan berbahasa, kesadaran sosial, emosional, dan intelegensi berkembang dengan sangat cepat dan menjadi landasan untuk perkembangan berikutnya. Kekurangan gizi yang umum pada anak-anak mengalami masalah seperti kekurangan protein, kekurangan vitamin, dan anemia gizi besi. Di antara efek anemia gizi besi adalah penurunan kemampuan motorik anak, penurunan skor IQ, penurunan kemampuan kognitif, penurunan kemampuan mental, dan gangguan pertumbuhan gangguan sistem kekebalan tubuh serta rentan terhadap racun logam-logam berat.

Suplementasi dan fortifikasi besi pada beberapa bahan makanan serta peningkatan konsumsi makanan sumber zat besi juga dilakukan.

Ketahanan tubuh yang kurang baik akan memengaruhi terhadap pola makan anak, jadi perlu perhatian khusus untuk mencegah masalah gizi. Salah satu dampak terhadap gizi yang tidak seimbang terhadap pertumbuhan anak ialah sebagai berikut:

- a. Berat badan tidak sesuai dengan usia.
- b. Tinggi badan tidak sesuai dengan usia

c. Berat badan tidak sesuai dengan tinggi badan

d. Lingkar lengan dan kepala kecil.

a. Penyakit Kurang Kalori dan Protein (KKP)

Konsumsi kalori, karbohidrat, atau protein yang tidak seimbang dengan kebutuhan energi dapat menyebabkan penyakit ini. Kekurangan nutrisi paling sering terjadi pada anak-anak.

KKP ringan, juga dikenal sebagai KKP kurang gizi, dan KKP berat, juga dikenal sebagai marasmus, atau kwashiorkor, adalah dua jenis KKP yang diketahui oleh beberapa ahli.

1). Marasmus:

Marasmus berasal dari kata Yunani yang berarti "kurus-kering", anak itu kekurangan protein, terus mendapatkan asupan karbohidrat, seperti nasi dan sumber energi lainnya. Karena kekurangan kalori, marasmus mengharuskan cadangan makanan tubuh untuk digunakan untuk memenuhi kebutuhan vital.

2) Marasmus-Kwashiorkos:

Beberapa anak memiliki gejala yang mirip dengan marasmus yang ditandai dengan ada oedema, penurunan kadar protein dalam darah (albumin), kulit menjadi kusam dan kelelahan otot. Tanda-tanda seperti kulit menjadi kusam dan mudah terkelupas, badan menjadi kurus, rambut menjadi merah kusam dan mudah dicabut, area di sekitar mata bengkak dan apatis, dan anak menjadi lebih sering menderita berbagai penyakit.

a. Anemia Defisiensi Besi:

Ini terjadi karena makanan mengandung terlalu sedikit zat besi, terutama pada anak-anak yang terlalu banyak mengonsumsi zat besi. susu, sehingga mengurangi keinginan untuk mengonsumsi makanan tambahan.

Untuk mengatasi masalah ini, Santoro dkk, mengatakan bahwa anak-anak harus diberikan suplementasi zat besi dan dibiasakan makan makanan yang mengandung banyak zat besi jika dokter menganggapnya perlu.

b. Pica:

Orang yang makan sesuatu yang tidak dimakan, seperti debu dan perca, dianggap pica. Perilaku ini tidak mengancam kehidupan anak sejauh mereka tidak mengonsumsi zat toksik.

Pica harus dibedakan dari "kebiasaan" anak, terutama batita, memasukkan barang ke dalam mulut. Batita menggunakan mulut mereka untuk belajar, misalnya, mereka menggigit kelereng, tetapi ini bukan pica.

4. Membentuk Kreasi Makanan

a. Definisi Membentuk Kreasi Makanan

Membentuk kreasi makanan adalah seni yang digunakan untuk memudahkan penyajian makanan yang menyehatkan anak, bentuk makanan yang disajikan unik dan kreatif, sehingga anak tertarik untuk mengonsumsi makanan yang mengandung gizi seimbang.

Membentuk kreasi makanan, juga disebut "bento", adalah ide tentang satu hidangan atau hidangan sepinggan yang mengandung nutrisi yang lengkap. Bento merupakan makanan sehat, menarik, dan bermanfaat yang membantu pertumbuhan, perkembangan, dan kecerdasan anak usia dini.

Istilah "bento" berasal dari bahasa Jepang dan berarti bekal nasi dan lauk pauk yang praktis yang dapat dibawa ke mana saja dan dimakan kapan saja. Istilah "bento" atau "obento" dalam bahasa Jepang mengacu pada makanan bekal yang terdiri dari nasi dan lauk-pauk yang dibungkus secara praktis yang dapat di bawa dan dimakan di tempat lain. Seperti nasi bungkus, bento dapat dimakan sebagai makan siang, makan malam, atau piknik. Bento biasanya dikemas untuk satu orang, tetapi bisa juga untuk di jadikan bekal untuk kelompok atau keluarga.

Bekal atau hidangan yang dikreasikan oleh anak dengan menu yang menyehatkan yang terdiri dari makanan yang mengandung gizi seimbang dapat memberikan pemahaman anak untuk lebih mengonsumsi makanan

yang menyehatkan dan menghindari makanan yang dapat berdampak buruk bagi kesehatan anak. Dengan berpartisipasi dalam kegiatan membuat makanan, diharapkan anak akan lebih memahami makanan yang bergizi dan lebih menyukai makanan yang menyehatkan dan mengubah makanan menjadi bentuk yang menarik bagi anak-anak adalah salah satu cara untuk membuat anak-anak mengkonsumsi makanan yang mengandung banyak nutrisi (Novitasari).

Membuat kreasi makanan dapat melatih motorik halus yaitu dengan menggerakkan otot halus bagian tubuh tangan, pergelangan tangan, dan jari yang terkoordinasi dengan mata untuk memenuhi tugas perkembangan yang membutuhkan ketepatan, dan kepresisian.

b. Strategi Dalam Membentuk Kreasi Makanan

Strategi dalam membentuk kreasi makanan ialah dengan berbagai jenis makanan dan lauk pauk yang diatur sedemikian rupa sehingga tampak sedap dipandang dan mengundang selera makan adalah ciri khas dari bento atau kreasi makanan.

Selain itu, bento dapat disusun dalam bentuk yang rapi. Di Jepang, orang percaya bahwa ibu rumah tangga harus terampil dalam menyiapkan bento. Di sisi lain, bento baru-baru ini muncul di Indonesia karena meningkatnya jumlah sekolah yang mewajibkan siswa untuk membawa bekal.

Bekal makanan yang dibuat oleh anak bertujuan untuk menarik perhatian anak, kata Muaris. anak-anak dalam proses kreatif akan membuat anak lebih tertarik untuk makan-makanan yang bergizi.

Konsep kreasi makanan dibangun melalui tahap-tahap, seperti:

- (1) Mengetahui informasi tentang nutrisi yang diperlukan anak dan apa yang harus dimakan agar anak memiliki gizi seimbang.
- (2) Memilih kotak plastik yang aman untuk digunakan.
- (3) Kreatif dalam membuat menu gizi seimbang sehingga anak akan

memakan porsi yang dapat dimakan anak dalam satu susunan menu.

- (4) membuat makanan dengan cara yang lucu, unik, dan menarik, seperti karakter kartun dan lainnya.
- (5) Memilih berbagai sumber karbohidrat daripada hanya nasi, seperti roti, pasta, dan roti.

Strategi yang diterapkan dalam kreasi membentuk makanan adalah kreasi yang digunakan oleh orang tua agar anak-anak menyukai makanan yang mengandung nilai gizi yang seimbang. Konsep makanan yang disajikan dekat dengan dunia anak sehingga anak-anak akan lebih menyukai makanan tersebut.

Ketika membuat makanan harus mempertimbangkan nutrisi yang diperlukan oleh anak-anak. Hal ini akan memastikan bahwa makanan yang dibuat akan higienis dan mengandung nilai gizi yang tinggi. Bahwa anak-anak akan lebih tertarik memahami makanan yang mengandung gizi yang baik dan seimbang.

Pembuatan kreasi dengan memilih berbagai sumber karbohidrat tidak hanya nasi. Ada juga bentuk kreasi yang unik, lucu, dan menarik. Untuk mengajarkan anak tentang pentingnya gizi yang seimbang.

c. Edukasi Gizi Seimbang Dan Membentuk Kreasi Makanan

Dalam mengajarkan anak-anak tentang pentingnya gizi seimbang, guru maupun orang tua dapat menggunakan berbagai cara, seperti mengenalkan mereka tentang berbagai jenis sayuran dan buah-buahan, Orang tua dapat memberikan gizi yang seimbang dengan mengajak anak membuat jus bersama. Ini akan memberi anak pemahaman tentang pentingnya gizi seimbang untuk pertumbuhan mereka. Sesuai dengan fantasi anak-anak.

Menurut Noorlaila, nutrisi yang baik yang diberikan kepada anak-anak sejak usia dini sangat penting untuk mengoptimalkan kemampuan kognitif mereka. Mengonsumsi gizi yang seimbang akan berdampak positif pada

perkembangan anak, terutama selama masa pertumbuhan anak.

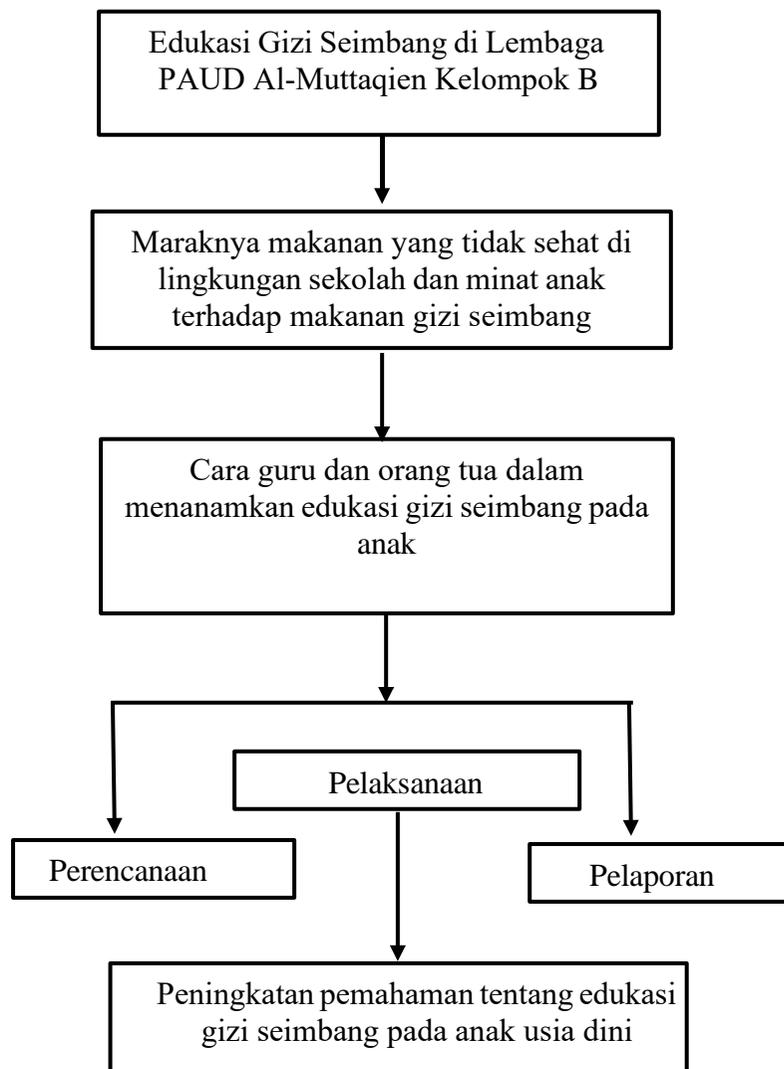
Makanan sehari-hari yang dipilih sesuai dengan fungsinya dan akan melengkapi kebutuhan gizi tubuh. Anak biasanya akan bosan dengan bekal makanan karena biasanya ibu-ibu menyediakannya. Perlu dilakukan perubahan untuk membuat bekal makanan yang menarik, sehat, dan efisien, yaitu dengan salah satu cara dengan kreasi makanan.

B. Kerangka Berpikir

Tidak banyak sumber pembelajaran yang tersedia di lembaga PAUD Al-Muttaqien yang membahas pentingnya gizi seimbang untuk anak-anak. Ini sangat disayangkan karena nutrisi sangat penting untuk kesehatan badan anak usia dini. Selain itu, ada warung atau kantin yang menjual makanan yang kurang sehat, seperti gorengan, sosis, dan mie instan, di depan sekolah ini.

Diharapkan bahwa edukasi gizi seimbang yang sederhana melalui kreasi membuat makanan akan membuat anak lebih ingin tahu tentang gizi dan memberikan pemahaman dengan cara yang menarik dan sederhana.

Ada dua variabel dalam penelitian ini, yaitu variabel dependen dan variabel independen, berdasarkan judul penelitian: “Edukasi Gizi Seimbang Melalui Kreasi Makanan di Lembaga PAUD Al-Mauttaqien Kelompok B Desa Candali Kecamatan Rancabungur Kabupaten Bogor Provinsi Jawa Barat”, maka penjelasan teori tentang hubungan antara dua variabel dependen penelitian ini yaitu: pemahaman tentang gizi seimbang dan kreasi makanan gizi seimbang.



Gambar 2.1

Kerangka Berpikir Edukasi Gizi Seimbang Melalui Kreasi Makanan Di Lembaga PAUD Al-Muttaqien Kelompok B Desa Candali Kecamatan Rancabungur Kabupaten Bogor Provinsi Jawa Barat.

C. Tinjauan Penelitian Terdahulu

| No. | Nama Peneliti, Tahun, Judul, dan Tempat Penelitian | Subjek Dan Metode | Pembahasan |
|-----|--|---|---|
| 1. | Saijah, Sri lestari, abas yusuf 2015 “Peningkatan pemahaman gizi seimbang pada anak usia 5-6 tahun di Taman Kanak-Kanak” Aba Allahulu Menukung Pontianak. | Anak usia 5-6 tahun, metode kualitatif penelitian tindakan kelas (PTK). | Di Taman Kanak-Kanak ABA Ella Hulu Menukung Kabupaten Melawi, anak- anak usia lima hingga enam tahun belajar lebih banyak tentang gizi seimbang melalui kegiatan makan bersama. kegiatan makan bersama dilakukan untuk meningkatkan nutrisi anak- anak. |
| 2. | Khusaiyah, Mastna neznamul (2021) “Peningkatan pemahaman gizi seimbang pada anak usia dini di TK Muslimat NU 001 Ponorogo”. | Anak usia dini, studi kasus. | Analisis profil tingkat pemahaman gizi seimbang anak usia dini di TK Muslimat NU 001 Ponorogo menunjukkan bahwa upaya untuk meningkatkan pemahaman gizi seimbang pada anak usia dini di TK Muslimat NU 001 Ponorogo |

| | | | |
|----|--|--|--|
| | | | dapat dikategorikan baik. |
| 3. | <p>Prayogi D wina A ngga, dkk. 2023 “pregi (program edukasi gizi dan aktivitas fisik) peningkatan pemahaman perilaku hidup sehat melalui gizi seimbang dan aktivitas fisik bagi anak sekolah dasar di kota mataram” sd negeri 39 Cakranegara Kota Mataram.</p> | Anak sekolah dasar, kualitatif deskriptif. | <p>Sekolah dasar berfungsi sebagai titik awal untuk mengubah pemahaman masyarakat tentang gizi sehat dan aktivitas fisik. Agar perubahan tidak terbatas pada pengetahuan dan sikap, maka penyuluhan dan pembelajaran perlu dilakukan secara berkesin ambungan dan dilanjutkan dengan penyuluhan kepada orang tua dan lingkungan sekolah.</p> |
| 4. | <p>Dewi Utari dkk. 2022 “peningkatan pengetahuan gizi seimbang anak usia sekolah</p> | | <p>Status gizi siswa SDN Sukonandi adalah normal. Siswa dapat dengan mudah memahami pengabdian kepada masyarakat yang dilakukan dengan menggunakan media <i>puzzle</i> sebagai media</p> |

| | | | |
|----|---|---------------------------------|---|
| | dengan metode isi piringku” Yogyakarta Jawa Tengah. | | evaluasi. |
| 5. | Suprpto Suprpto 2022, <i>The Effect of C a rtoon media education on increasing maternal knowledge and nutritional status of children, Makasar.</i> | Metode <i>quasi experiment.</i> | Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui bagaimana edukasi media kartun berdampak pada pengetahuan ibu dan status gizi anak. |
| 6. | Rindasari Munir dkk. 2023 “Edukasi mengenai gizi seimbang anak usia dini” Tamansari, Kecamatan Tamansari, Kabupaten Bogor. | Metode kualitatif deskriptif. | Salah satu pesan gizi seimbang khususnya untuk anak usia dini yaitu agar anak memenuhi gizinya sesuai dengan kebutuhan. |

| | | | |
|----|---|---|--|
| 7. | Yessi Marlina 2021, Edukasi gizi seimbang menggunakan <i>activity book</i> pada anak pra sekolah di Pekanbaru. | Anak usia dini, metode kualitatif deskriptif. | Asupan gizi anak usia prasekolah merupakan salah satu fondasi untuk kesehatan jangka panjang, kekuatan, dan kemampuan perkembangan intelektualnya. Tujuan kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini adalah untuk melakukan edukasi mengenai gizi seimbang pada anak-anak prasekolah di PAUD dan TK First Dinara Pekanbaru. |
|----|---|---|--|

BAB III

METODOLOGI PENELITIAN

A. Metode Penelitian

Metode penelitian yang digunakan oleh penulis adalah metode penelitian kualitatif studi kasus. Menurut Sugiyono (2016: 17) mengemukakan bahwa: penelitian metode studi kasus adalah dimana peneliti melakukan eksplorasi secara mendalam terhadap program, kejadian, proses, aktivitas, terhadap satu atau lebih orang. Suatu kasus terikat oleh waktu dan aktivitas dan peneliti melakukan pengumpulan data secara mendetail dengan menggunakan berbagai prosedur pengumpulan data dan dalam waktu yang berkesinambungan.

B. Waktu dan Lokasi Penelitian

Lokasi penelitian dilakukan di Lembaga PAUD Al-Muttaqien berlokasi di Kp. Kalijati RT 001 RW 001, Kelurahan Candali Kecamatan Rancabungur Kabupaten Bogor Provinsi Jawa Barat (16250) pada 1 Desember 2023 - 30 April 2024. Penelitian ini dilakukan pada anak usia dini khususnya yang berusia 5 tahun sampai usia 6 tahun atau kelompok B. Dipilihnya lokasi tersebut karena terdapat permasalahan mengenai kurang sadarnya terhadap pentingnya gizi seimbang di lingkungan tersebut dan kemudahan akses peneliti terhadap partisipan tersebut.

Tabel 3.1
Jadwal Penelitian

| No. | Kegiatan | Desember 2023 | | | | Januari 2024 | | | | Februari 2024 | | | | Maret - April 2024 | | | |
|-----|---------------------------------|---------------|---|---|---|--------------|---|---|---|---------------|---|---|---|--------------------|---|---|---|
| | | 1 | 2 | 3 | 4 | 1 | 2 | 3 | 4 | 1 | 2 | 3 | 4 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 1. | Pra/Pre Penelitian. | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2. | Analisis Kebutuhan Awal. | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 3. | Penelitian. | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 4. | Pengolahan Data dan Hasil Akhir | | | | | | | | | | | | | | | | |

C. Deskripsi Posisi Peneliti

Dalam penelitian ini, alat pengumpul data utama adalah peneliti sendiri atau dengan bantuan orang sekitar. Peneliti bertanggung jawab atas perencanaan, pelaksanaan, pengumpulan, analisis, dan pada akhirnya, peneliti sebagai pembuat hasil penelitian. Kehadiran peneliti berfungsi sebagai pengumpul data sekaligus sebagai alat untuk menyelesaikan masalah tersebut.

Selama proses penelitian, peneliti melakukan penelitian di Lembaga PAUD Al-Muttaqien Desa Candali Kecamatan Rancabungur, Kabupaten Bogor Provinsi Jawa Barat.

D. Informan Penelitian

Dalam penelitian ini peneliti menggali sumber data diantaranya melalui sebagai berikut:

- a. Kepala Sekolah PAUD Al-Muttaqien Kelurahan Candali Kecamatan Rancabungur, Kabupaten Bogor Provinsi Jawa Barat.
- b. Para Guru Paud Al Muttaqien Kelurahan Candali Kecamatan Rancabungur, Kabupaten Bogor Provinsi Jawa Barat.
- c. Anak-anak kelompok B (usia 5 tahun sampai usia 6 tahun) PAUD Al Muttaqien Desa Candali Kecamatan Rancabungur, Kabupaten Bogor Provinsi Jawa Barat.
- d. Orang Tua Siswa PAUD Al-Muttaqien Desa Candali Kecamatan Rancabungur, Kabupaten Bogor Provinsi Jawa Barat.

Adapun sumber data yang digunakan, yaitu data primer dan data sekunder:

1. Data primer: data atau informasi yang diperoleh langsung dari subjek penelitian melalui instrumen yang telah ditetapkan. Data primer dikumpulkan untuk menjawab pertanyaan penelitian. Data primer dalam penelitian diperoleh melalui wawancara dan tanggapan dari daftar pertanyaan oleh responden.
2. Data sekunder adalah data yang dapat diakses dalam berbagai format. Data sekunder biasanya berupa catatan, laporan, atau bukti yang disimpan dalam arsip, juga dikenal sebagai data dokumenter. Biasanya diperoleh melalui observasi dan literatur yang relevan dengan penelitian yang sedang dilakukan.

E. Teknik Pengumpulan Data

Untuk mendapatkan data yang obyektif, dalam penelitian ini digunakan beberapa cara dan prosedur sebagai berikut:

1. Observasi

Observasi merupakan pengamatan langsung, metode ini dengan pengumpulan data atau informasi melalui pengamatan dan pencatatan obyek yang ingin kita ketahui. Penelitian ini bertujuan untuk berfokus pada tindakan atau dampak pada hasil yang diinginkan.

Metode pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah wawancara mendalam, yang sesuai dengan karakteristik penelitian kualitatif studi kasus. Peneliti melakukan wawancara dengan informan yang terdiri dari kepala sekolah, guru, peserta didik, dan orang tua siswa dengan menggunakan pedoman wawancara.

2. Angket Wawancara

Angket adalah metode pengumpulan data yang dilakukan secara tertulis dalam bentuk daftar isian atau pertanyaan yang harus dijawab oleh responden sesuai dengan instruksi yang diberikan.

Tujuan dari angket ini adalah untuk mendapatkan informasi lengkap tentang suatu masalah dari responden tanpa khawatir jika mereka memberikan jawaban yang tidak sesuai dengan apa yang sebenarnya mereka katakan dalam pertanyaan. Studi ini menggunakan angket tertutup dengan pilihan jawaban alternatif seperti kategori nilai validasinya SL= Selalu, SR= Sering, K= Kadang-Kadang, TP = Tidak Pernah.

Jumlah pertanyaan yang disajikan adalah lima pertanyaan yang ditujukan kepada orang tua anak di Lembaga PAUD Al-Muttaqien Rancabungur Bogor.

3. Dokumentasi

Data yang dikumpulkan dari arsip sekolah, termasuk daftar nilai, daftar hadir, foto kegiatan, dan arsip guru lainnya, digunakan untuk mengetahui kondisi siswa sebelum penelitian dilakukan. Peneliti menggunakan teknik ini untuk menghimpun data yang bersifat dokumenter, seperti data tentang profil PAUD Al-Muttaqien program-program, dan data lain yang berkaitan dengan pemahaman anak tentang gizi seimbang melalui kegiatan pembuatan kreasi makanan.

F. Kisi-Kisi Instrumen Penelitian

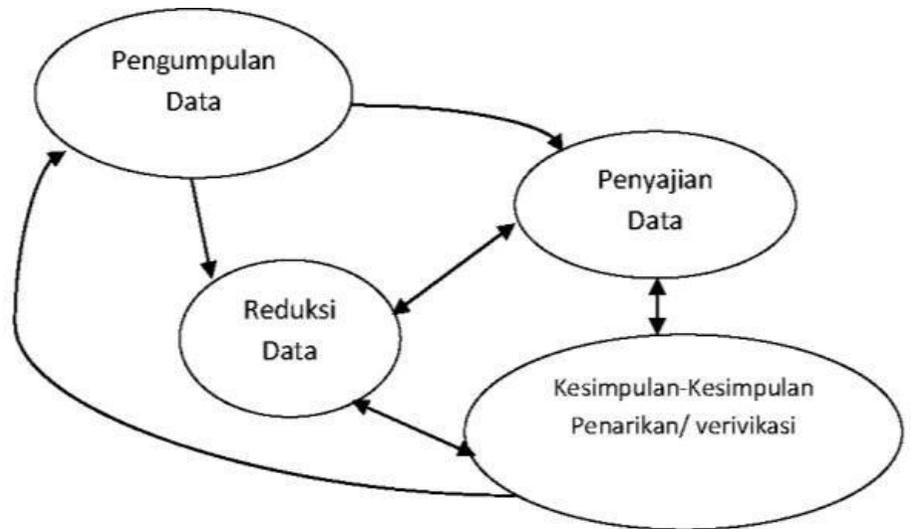
Dalam penelitian kualitatif studi kasus ini, peneliti berperan penting dalam mengumpulkan data dan menginterpretasikan data. Hal ini dilakukan dengan melalui penggunaan pedoman observasi dan wawancara.

Tabel 3.2

Kisi-Kisi Instrumen Penelitian

| No. | Indikator | Nomor Butir | Jumlah Pernyataan |
|------------|---|--------------------|--------------------------|
| 1. | Edukasi Melalui Kreasi Makanan Dengan Aneka Bentuk kartun. | 1, 5 | 2 |
| 2. | Penerapan Edukasi melalui kreasi makanan oleh guru dan orang tua. | 2, 6 | 2 |
| 3. | Ketertarikan Anak terhadap Gizi Seimbang di kelompok B. | 3, 7 | 2 |
| 4. | Meningkatkan Gizi Seimbang pada Anak Usia Dini. | 4, 8 | 2 |

G. Teknik Analisis Data



Gambar 3.1

Teknik Analisis Data Menurut Miles and Huberman

1. Pengumpulan Data

Sugiyono (2018) menyatakan bahwa metode pengumpulan data dilakukan dalam lingkungan alami dan sebagai sumber data primer. Selain itu, pendekatan pengumpulan data yang lebih kuat berfokus pada dokumentasi, wawancara mendalam, dan observasi terlibat.

Menurut Sugiyono (2018), metode pengumpulan data terdiri dari observasi, wawancara, angket, dan dokumentasi. Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan metode wawancara dan dokumentasi untuk mengumpulkan data. Dalam penelitian ini, dibuat kuisisioner yang berisi daftar pertanyaan yang relevan. Peneliti ingin membuat narasumber lebih mudah untuk menjawab pertanyaan wawancara.

2. Penurunan Data (*Data Reduction*)

Menurut Sugiyono (2018), penurunan data adalah merangkum, memilih hal-hal penting, memfokuskan pada hal-hal yang relevan dengan topik tersebut. lebih jelas dan memudahkan proses pengumpulan data lanjutan. Dalam proses mereduksi data, arahan akan diberikan oleh tujuan yang telah ditetapkan sebelumnya untuk dicapai.

Selain itu, reduksi data adalah proses berpikir kritis yang memerlukan kecerdasan yang tinggi, serta keluasan dan kedalaman wawasan. Peneliti mencoba untuk merangkum apa yang mereka ketahui dari wawancara dengan informan saat mengurangi data ini, dengan fokus pada penyerdehanaan, abstraksi, dan transformasi data. penelitian, menemukan tema dan pola dalam memberikan gambaran.

3. Penyajian Data (*Data Display*)

Penyajian data adalah langkah berikutnya setelah mereduksi data. Dalam penelitian kualitatif, penyajian data dapat dilakukan dalam bentuk berikut: Teks yang bersifat naratif biasanya digunakan untuk menyajikan data dalam penelitian kualitatif, termasuk uraian singkat, bagan, flowchart, hubungan antar kategori, dan sejenisnya. Sugiyono (2018) menyatakan bahwa dengan menyajikan data ini, data disusun dan diorganisasikan sehingga lebih mudah dipahami. Peneliti akan menyajikan data ini dengan menguraikan data dari penelitian yang dilakukan dengan informan tentang seberapa efektif program CSR dan fungsi tanggung jawab sosial.

4. Kesimpulan (Pembuatan Kesimpulan/Verifikasi)

Langkah terakhir dalam menganalisis penelitian kualitatif. Menurut Sugiyono (2018), hasil penelitian kualitatif berarti penemuan baru yang belum pernah terjadi sebelumnya. Hasilnya berupa gambaran atau deskripsi suatu hal yang sebelumnya tidak jelas sehingga setelah penelitian menjadi jelas.

H. Validasi Data

Untuk membuat data yang dihasilkan dapat dipercaya dan dipertanggung jawabkan secara ilmiah, uji keabsahan data diperlukan. Langkah ini dilakukan untuk mengurangi kesalahan yang terjadi selama proses pengumpulan data penelitian, yang pada gilirannya akan memengaruhi hasil akhir penelitian.

Peneliti akan menggunakan uji kredibilitas triangulasi untuk memeriksa kredibilitas data dari penelitian kualitatif Studi Kasus. Triangulasi adalah pengujian kredibilitas di mana sumber digunakan dengan berbagai cara dan waktu. Untuk memastikan bahwa data yang dikumpulkan benar dan valid, peneliti menguji data dengan melakukan wawancara dengan Kepala Sekolah lembaga PAUD Al-Muttaqien, guru, dan orang tua siswa serta observasi langsung dari siswa.

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian

1. Sejarah Berdirinya Lembaga PAUD Al-Muttaqien Desa Candali Kecamatan Rancabungur Kabupaten Bogor Provinsi Jawa Barat.

Lembaga PAUD Al-Muttaqien didirikan pada tahun 2018 di bawah naungan yayasan Al-Muttaqien. Lembaga PAUD Al-Muttaqien berada di Kampung Kalijati Rt 001 Rw 001, Desa Candali, Kecamatan Rancabungur, Kabupaten Bogor, Provinsi Jawa Barat. Sejarah didirikannya lembaga PAUD Al-Muttaqien ini karena melihat kurangnya kesadaran orang tua terhadap pentingnya pendidikan di daerah tersebut dan jarangya anak usia 4 tahun sampai dengan usia 5 tahun yang bersekolah di PAUD dan salah satu faktor juga ialah akses untuk menuju ketempat sekolah jauh dan kendaraan yang sulit. Oleh karena itu kebanyakan orang tua di daerah tersebut langsung menyekolahkan anaknya kejenjang SD maka dengan keadaan tersebut kepala yayasan lembaga PAUD Al-Muttaqien bertekad untuk mendirikan pendidikan anak usia dini yaitu lembaga PAUD Al-Muttaqien. Keberadaan lembaga PAUD Al-Muttaqien ini benar-benar menjadi salah satu pilihan bagi calon orang tua murid untuk menyekolahkan anaknya di jenjang PAUD karena di daerah tersebut memang hanya ada lembaga PAUD Al-Muttaqien saja.

2. Visi, Misi, Dan Tujuan Lembaga PAUD Al-Muttaqien

Adapun lembaga PAUD Al-Muttaqien mempunyai Visi, Misi dan Tujuan sebagai berikut:

Visi Lembaga PAUD Al-Muttaqien:

1. Mewujudkan generasi yang sehat.
2. Mewujudkan generasi islam yang cerdas dalam pemahaman.
3. Mewujudkan generasi islam yang kreatif.
4. Ceria dan berakhlak mulia.

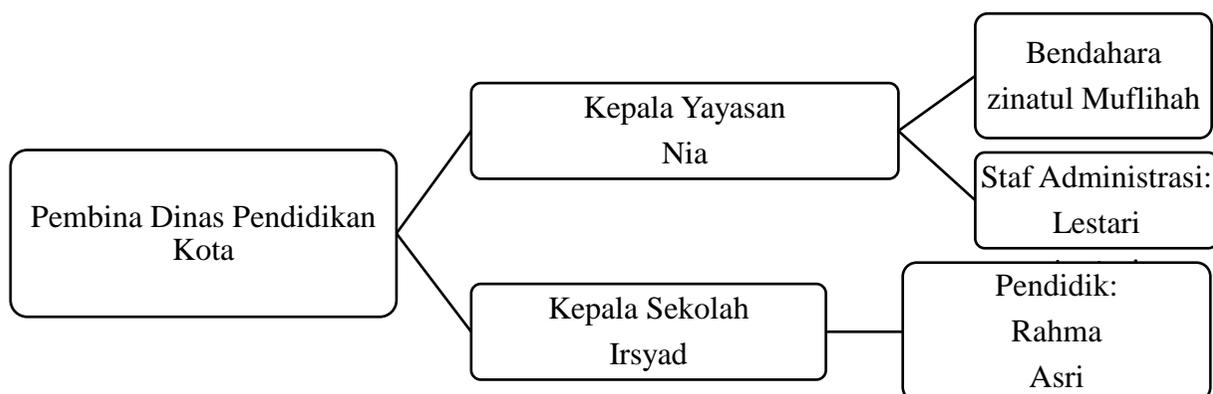
Misi Lembaga PAUD Al-Muttaqien:

1. Menanamkan aqidah dan akhlak pada anak sesuai dengan nilai nilai agama.
2. memberikan layanan pendidikan yang menumbuhkan kemandirian.
3. Melaksanakan proses pembelajaran efektif kreatif dan menyenangkan.
4. Meningkatkan kerjasama dengan orang tua masyarakat dan lingkungan terkait.

• Tujuan Lembaga PAUD Al-Muttaqien:

- 1) Untuk mengembangkan potensi peserta didik sejak dini yang berakhlak mulia mandiri kreatif melalui kegiatan yang menyenangkan dengan cara bermain dan belajar.
- 2) Menjadi lembaga pilihan masyarakat yang mampu menghadirkan nuansa Islami dalam kegiatan belajar mengajar sehari-hari.
- 3) Menghasilkan lulusan yang berperilaku positif dan Islami.
- 4) Menghasilkan siswa yang mampu berkomunikasi dengan baik, memiliki dasar pengetahuan, keterampilan, kepercayaan diri dan disiplin sehingga mampu memasuki jenjang pendidikan yang lebih tinggi.
- 5) Lembaga PAUD Al-Muttaqien mengarah agar mencapai tujuan sebagai berikut:
 - a) Meningkatkan dasar keimanan dan ketakwaan.
 - b) Mengembangkan kehidupan beragama sedini mungkin.

3. Struktur Organisasi Lembaga PAUD Al-Muttaqien



Gambar 4.1 Struktur Organisasi

4. Keadaan Peserta Didik Lembaga PAUD Al-Muttaqien

Tabel 4.1

Keadaan Peserta Didik

Perkembangan sekolah 4 tahun terakhir:

| Tahun Pelajaran | Anak | | |
|------------------------|------------------|------------------|--------------|
| | Laki-Laki | Perempuan | Total |
| 2020/2021 | 11 | 13 | 24 |
| 2021/2022 | 10 | 17 | 27 |
| 2022/2023 | 15 | 10 | 25 |
| 2023/2024 | 8 | 11 | 19 |

5. Sarana dan Prasarana Lembaga PAUD Al-Muttaqien

Tabel 4.2

Sarana dan Prasarana

| No. | Jenis Ruangan | Jumlah Ruangan | Baik | Rusak Ringan | Rusak Berat |
|-----|----------------------|----------------|------|--------------|-------------|
| 1. | Ruang kelas | 2 | 2 | - | - |
| 2. | Ruang bermain | 1 | 1 | - | - |
| 3. | Ruang guru | 1 | 1 | - | - |
| 4. | Ruang kepala sekolah | 1 | 1 | - | - |

- **Ruangan Lembaga PAUD Al-Muttaqien**

Tabel 4.3

Infrastruktur

| No. | Jenis Ruangan | Jumlah Ruangan | Baik | Rusak Ringan | Rusak Berat |
|-----|------------------|----------------|------|--------------|-------------|
| 1. | Pagar Depan | 1 | 1 | - | - |
| 2. | Pagar Samping | 1 | 1 | - | - |
| 3. | Tiang Bendera | 1 | 1 | - | - |
| 4. | KM / WC | 1 | 1 | - | - |
| 5. | Bak Sampah | 2 | 1 | - | - |
| 6. | Saran Olah Raga | 1 | 1 | - | - |
| 7. | Alat Cuci Tangan | 1 | 1 | - | - |

6. Kurikulum

Lembaga PAUD Al-Muttaqien menggunakan kurikulum merdeka di tingkat PAUD yang disebut dengan merdeka bermain karena proses pembelajarannya yang bertujuan agar anak memiliki persepsi bahwa belajar itu menyenangkan bukan memberatkan karena bermain adalah belajar, bebas bermain adalah bebas belajar dalam pendidikan anak usia dini di lembaga PAUD Al-Muttaqien memiliki tiga pilihan untuk menerapkan kurikulum: Mandiri belajar, mandiri berubah dan mandiri berbagi. bahwa beberapa karakteristik utama kurikulum merdeka di lembaga PAUD Al-Muttaqien adalah sebagai berikut: Meningkatkan relevansi PAUD sebagai tahap dasar atau komponen penting.

7. Hasil Penelitian Edukasi Gizi Seimbang Melalui Kreasi Makanan Di Lembaga PAUD Al-Muttaqien Kelompok Desa Candali Kecamatan Rancabungur Kabupaten Bogor Provinsi Jawa Barat.

Penelitian di lapangan dilakukan di lembaga PAUD Al-Muttaqien dari tanggal 1 Desember 2024 - 30 April 2024. Penelitian ini merupakan penelitian kualitatif studi kasus yang merupakan hasil dari observasi, wawancara, dan dokumentasi yang peneliti lakukan. Pelaksanaan penelitian ini dilakukan bekerjasama dengan guru dan orang tua siswa sebagai mitra kerjasama yang membantu dalam melakukan observasi selama penelitian sehingga kegiatan penelitian secara tidak langsung dapat terkontrol. jumlah anak yang diobservasi sampai pada akhir penelitian berjumlah 7 siswa tidak berkurang.

Hasil dari edukasi gizi seimbang melalui kreasi makanan adalah untuk meningkatkan kreatifitas anak dan meningkatkan pengetahuan anak mengenai edukasi gizi seimbang. Guru dan orang tua menerapkan pendidikan yang dibangun melalui pembiasaan dalam kehidupan sehari-hari. Peneliti akan menulis rincian pembahasan dan analisis data sebagai proses selanjutnya dalam menarik kesimpulan. Penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan

edukasi gizi seimbang melalui kreasi makanan pada anak usia dini. Berdasarkan hasil observasi dan wawancara yang dilakukan peneliti, fakta-fakta atau data temuan lapangan yang didapat tentang edukasi gizi seimbang melalui kreasi makanan dapat dideskripsikan bahwa Edukasi Gizi Seimbang merupakan pendekatan edukatif untuk menghasilkan perilaku anak yang diperlukan dalam meningkatkan atau dalam mempertahankan gizi tetap baik (Notoatmodjo, 2014).

Gizi seimbang bertujuan untuk meningkatkan mutu kesehatan anak dan hasil edukasi gizi seimbang ialah sebagai pondasi bagi terbentuknya generasi yang berkualitas, mampu hidup sehat dan diterapkan dalam kehidupan sehari-hari. Hasil pengamatan peneliti selama proses pembelajaran pra penelitian, sekolah belum melaksanakan kegiatan edukasi gizi seimbang melalui kreasi makanan di lembaga PAUD Al-Muttaqien di kelompok B. Terlihat beberapa anak belum dapat memahami pentingnya gizi seimbang untuk tubuhnya. Berdasarkan hasil observasi dan wawancara yang dilakukan peneliti di lembaga PAUD Al-Muttaqien sebagai berikut:

a. Tahap Perencanaan

Peneliti melakukan observasi selama 2 bulan yaitu di tanggal 01 Desember 2023 sampai 31 Januari 2024 yang dilakukan untuk memperoleh gambaran awal mengenai penerapan Edukasi Gizi Seimbang Melalui Kreasi Makanan. Perencanaan penyelenggaraan penerapan Edukasi Gizi Seimbang mencakup segala hal yang menjadi acuan dalam proses pelaksanaan Edukasi Gizi Seimbang terutama dalam hal membuat kreasi makanan. Proses pelaksanaan penerapan Edukasi Gizi Seimbang dimulai dengan menerapkan nilai-nilai Gizi Seimbang ke dalam Program Semester (Prosem), Rencana Pelaksanaan Pembelajaran Mingguan (RPPM) dan kemudian ke dalam Rencana Pelaksanaan Pembelajaran Harian (RPPH).

Berdasarkan observasi dan wawancara dengan guru di kelompok B, sebelum melakukan proses pembelajaran guru membuat RPPH yang disesuaikan dengan RPPM kemudian mempersiapkan alat dan bahan yang dibutuhkan pada pembelajaran.

Guru merancang RPPH sehari sebelum pelaksanaan proses pembelajaran. Indikator yang digunakan pada saat proses pembelajaran disesuaikan dengan tema yang disampaikan yang tentunya ada dalam indikator Edukasi Gizi Seimbang ialah:

- 1) Menyusun Rencana Pelaksanaan Pembelajaran Harian (RPPH) berdasarkan tema.
- 2) Menyiapkan bahan ajar yang akan digunakan dengan merancang langkah-langkah pembelajaran menggunakan metode bermain, bercerita, dan tanya jawab.
- 3) Menyiapkan alat dan bahan yang digunakan serta media pendukung lainnya.

RANCANGAN PELAKSANAAN
PEMBELAJARAN HARIAN (RPPH)

| | |
|---------------|------------------------------|
| Nama Pengajar | : Rahma |
| Kelas | : Kelompok B |
| Pertemuan ke | : Keempat |
| Fokus | : Edukasi Gizi Seimbang |
| Tema | : Kreasi Makanan Dengan Roti |
| Alokasi waktu | : 30 menit |

I. Tujuan Pembelajaran

Setelah mempelajari materi ini, pembelajar diharapkan mampu:

- a. Menyebutkan nama-nama sayuran.
- b. Memberi informasi tentang makanan yang unik dan lucu.
- c. Memberi informasi mengenai manfaat gizi seimbang yang terkandung dalam makanan.

II. Proses Pembelajaran (Kegiatan Pembelajaran)

Persiapan ialah:

- a. Guru dan siswa berdoa untuk mengawali kegiatan belajar mengajar.
- b. Guru melakukan apersepsi kepada siswa agar siap untuk belajar.

Kegiatan inti:

- a. Siswa menyiapkan bahan yang akan di buat.
- b. Siswa mengkreasikan roti yang telah di

siapkannya dengan coklat.

- c. Siswa mempresentasikan hasil kreasi yang telah di buatnya.
- d. Guru menjelaskan manfaat yang terkandung dalam makanan yang telah di buat oleh siswa.
- e. Siswa menyantap hasil kreasi makanan yang telah di buatnya.

Penutup:

- a. Guru menutup pelajaran dan mengucapkan terimakasih.
- b. Guru memberikan tugas kepada pembelajar untuk menghafal nama-nama sayuran.

III. Asesmen (Penilaian)

- a. Penilaian sikap.
- b. Penilaian keterampilan (kemampuan berkreasi).

b. Tahap Pelaksanaan

Pelaksanaan Edukasi Gizi Seimbang yang terkandung dalam proses pembelajaran adalah melalui pembiasaan. Penerapan Edukasi Gizi Seimbang melalui kreasi makanan tertuang dalam kegiatan pembuka, kegiatan inti, dan kegiatan penutup. Pendidik melakukan peraktek membuat makanan yang unik dan makanan tersebut memiliki kandungan gizi didalamnya, Sebelum kegiatan praktek membuat kreasi makanan di mulai, anak di ajak untuk melakukan kegiatan awal dengan mengucapkan salam dan berdoa sebelum belajar. Kemudian anak membaca hafalan doa harian, surat-surat pendek dan hadits. Pendidik memberikan penjelasan kepada siswa terkait tema pada hari itu.

Pada kegiatan awal pendidik meminta anak untuk bernyanyi dan bertanya kepada siswa terkait tema. Tanya jawab ini dilakukan agar siswa aktif dan rasa ingin tahunya dapat tumbuh dan berkembang dengan baik. Guru memberikan

sedikit cerita tentang tema tersebut dan mengaitkan dengan kegiatan yang akan dilakukan siswa pada hari itu. Pendidik menjelaskan kegiatan yang akan dilakukan pada hari itu dan menyampaikan aturan-aturan dalam kegiatan tersebut, siswa bebas memilih kegiatan mana yang akan dilakukan terlebih dahulu dalam kegiatan ini, pendidik memberikan kebebasan pada siswa memilih kegiatan yang akan dilakukan dengan tujuan agar siswa dapat bekerja secara mandiri dan bertanggung jawab terhadap tugas yang sudah di pilihnya.

c. Melakukan Evaluasi Dan Penelitian

Hasil observasi yang dilakukan dalam proses pembelajaran pendidik mengevaluasi yaitu melalui hasil observasi harian anak, melalui karya anak, interaksi, dan lembar kegiatan anak. Penilaian pelaksanaan pembelajaran dilakukan perhari, perminggu, perbulan, harian, portofolio, dan berkala. Hal ini bertujuan agar orang tua dapat memperoleh hasil dari karya anaknya selama pembelajaran dan melihat pertumbuhan serta perkembangan anak.

Hasil observasi peneliti dalam melakukan penilaian guru, orang tua siswa dan peserta didik memakai lembar observasi yang dituangkan dalam lembar ceklis. Lembar ceklis tersebut berisi keterangan SL = Selalu, SR = Sering, K = Kadang-Kadang, TP = Tidak Pernah.

Berdasarkan hasil wawancara, observasi dan dokumentasi yang peneliti lakukan maka peneliti akan menguraikan mengenai Edukasi Gizi Seimbang Melalui Kreasi Makanan di Lembaga PAUD Al-Muttaqien Kelompok B yang berjumlah 7 anak sebagai berikut:

Tabel 4.4
Rekapitulasi Hasil Observasi Dan Evaluasi Aktivitas Anak Didik Dalam
Edukasi Gizi Seimbang Melalui Kreasi Makanan Di Lembaga PAUD
Al-Muttaqien Kelompok B Desa Candali Kecamatan Rancabungur
Kabupaten Bogor Provinsi Jawa Barat.

| No. | Nama | Nilai Normal Penelitian | Jumlah Skor Anak Sebelum Penelitian | Jumlah Skor Anak Sesudah Penelitian | Keterangan |
|------------|-------------|--------------------------------|--|--|-------------------|
| 1. | Anak A | 32 | 17 | 27 | SL |
| 2. | Anak B | 32 | 18 | 27 | SL |
| 3. | Anak C | 32 | 14 | 20 | SR |
| 4. | Anak D | 32 | 13 | 28 | SL |
| 5. | Anak E | 32 | 15 | 23 | SR |
| 6. | Anak F | 32 | 16 | 25 | SL |
| 7. | Anak G | 32 | 12 | 22 | SR |

Keterangan : SL = Selalu (25-32)

SR = Sering (17-24)

K = Kadang-Kadang (9-16)

TP = Tidak Pernah (0-8).

Dapat diketahui pencapaian peningkatan penerapan Edukasi Gizi Seimbang Melalui Kreasi Makanan dalam meningkatkan pengetahuan gizi seimbang anak selama pembelajaran menggambarkan bahwa dari 7 anak semua anak mencerminkan sikap mengetahui gizi seimbang. Anak mampu membuat kreasi makanan yang mereka suka dan mampu mengerjakan dengan baik selama praktek membuat kreasi makanan. Anak mampu mengerjakannya tanpa di bantu oleh orang tua. Pada saat observasi awal dari 7 anak yang sudah terlihat

menyukai makanan yang mengandung gizi seimbang ada 2 anak dan 5 anak masih belum terlihat menyukai makanan yang mengandung gizi seimbang.

Anak yang terlihat sudah menyukai makanan yang mengandung gizi seimbang mereka mampu menyebutkan makanan yang mengandung gizi seimbang. Sedangkan 5 anak yang lain masih harus di beri tahu makanan yang mengandung gizi seimbang. Selain itu juga mereka mampu bercerita pengalamannya, seperti anak B ia mampu bercerita pengalamannya yang pernah mengkonsumsi makanan yang mengandung gizi seimbang yang ia pernah makan dengan runtut. Oleh karena itu guru dan orang tua terus bekerja sama dalam hal ini agar anak dapat mengkonsumsi makanan yang mengandung gizi seimbang dengan baik.

B. Pembahasan

1. Upaya Guru Dalam Meningkatkan Edukasi Gizi Seimbang Di Lembaga PAUD Al-Muttaqien Kelompok B Desa Candali Kecamatan Rancabungur Kabupaten Bogor Provinsi Jawa Barat.

Edukasi gizi seimbang merupakan upaya pendekatan edukatif untuk menghasilkan perilaku anak yang diperlukan dalam peningkatan atau dalam mempertahankan tumbuh kembang yang baik (Notoatmodjo, 2014).

Memahami konsep gizi seimbang sangat penting bagi anak usia dini untuk membantu mereka tumbuh dan berkembang dengan baik. Guru memiliki peran penting dalam upaya meningkatkan edukasi gizi seimbang pada anak agar membantu perkembangan dan pertumbuhan anak terutama selama masa sekolah. Mulyasa (2013) menyatakan bahwa guru berfungsi sebagai contoh, panutan, dan referensi bagi siswa dan lingkungannya.

Proses belajar mengajar harus jelas digunakan oleh guru untuk mendukung pertumbuhan anak selama di sekolah. Guru harus menjadi contoh bagi siswanya agar anak dapat tumbuh dan berkembang dengan sebaik-baiknya sesuai usianya. Guru harus mendukung pertumbuhan dan

perkembangan anak pada usia dini. Menurut Santoso dan Ranti (2013), jika anak-anak diajarkan tentang pentingnya pola makan seimbang, mereka akan mampu membedakan dan memilih makanan sehat dan tidak bergizi, serta makanan organik dan tidak berbahaya. Contoh cemilan sehat yang boleh dimakan oleh anak adalah ubi, roti, tempe, tahu, kacang-kacangan, buah-buahan, dan sayuran. Di sisi lain, cemilan yang tidak sehat tidak boleh dimakan oleh anak. seperti permen, coklat, mie instan, snack, dan makanan cepat saji dalam kaleng. Jadi, guru harus mendorong, memotivasi, dan memungkinkan anak-anak makan makanan sehat saat di sekolah.

Menurut Muhith (2021) Menyediakan makanan bergizi kepada anak usia dini sangat penting agar mereka memahami apa itu makanan bergizi dan manfaatnya bagi tubuh mereka. Oleh karena itu, sangat penting bagi guru untuk mulai mengajarkan anak-anak tentang makanan bergizi sejak usia dini agar mereka memahami apa itu makanan bergizi dan manfaatnya bagi tubuhnya. Memberikan edukasi gizi seimbang pada anak-anak usia dini juga sangat penting agar mereka dapat membuat kebiasaan makan-makanan bergizi sebagai kebiasaan sehat yang akan mereka pertahankan sepanjang hidup mereka.

Dari hasil pengamatan peneliti bahwa di lembaga PAUD Al-Muttaqien guru sudah mengupayakan untuk meningkatkan pengetahuan tentang gizi seimbang kepada anak usia dini melalui kreasi makanan yang awalnya anak selalui mengkonsumsi makanan instan seperti mie instan, permen, dan makanan berupa makanan siap saji (*fast food*) dan makanan yang tidak menyehatkan yang dijual bebas di jalan-jalan yang tidak terjaga kebersihan dan gizinya. Sekarang anak-anak sudah mengetahui mana makanan bergizi dan makanan yang tidak bergizi, Anak-anak lebih menyukai makanan yang berkarakter dan terdapat kandungan gizi didalamnya. Penting bagi guru untuk selalu memberikan edukasi pada anak-anak bagaimana cara mengonsumsi

makanan yang sehat dan bergizi karena Anak-anak belum sepenuhnya memahami apa itu nutrisi yang baik untuk kesehatannya. guru yang berspesialisasi dalam tumbuh kembang anak harus mengajarkan cara makan yang sehat agar anak dapat tumbuh dan berkembang dengan baik. Anak-anak harus dididik tentang pentingnya nutrisi sejak usia dini. Maka pendidik sangat penting untuk mengajarkan anak-anak tentang pentingnya menjaga pola makan yang sehat.

Dari hasil wawancara dengan guru di lembaga PAUD Al-Muttaqien, guru menanggapi mengenai perkembangan pola makanan anak setelah melakukan praktek edukasi gizi seimbang melalui kreasi makanan tersebut dan kepala sekolah lembaga PAUD Al-Muttaqien sudah membuat program kegiatan rutin yang berkontribusi dengan guru dan orang tua untuk memberikan terus edukasi gizi seimbang melalui kreasi makanan, Diharapkan dapat lebih meningkatkan tentang pentingnya gizi yang seimbang untuk anak di lembaga PAUD Al-Muttaqien.

Program edukasi melalui kreasi makanan ini bertujuan untuk menarik minat anak-anak terhadap makanan yang mengandung gizi yang baik dan seimbang, yang akan membantu pertumbuhan dan perkembangan anak yang lebih baik. Hal-hal yang unik dan menarik anak-anak. Guru dapat lebih mudah menyajikan makanan yang sehat dan seimbang untuk anak, jika makanan dikemas dengan cara yang menarik dan unik.

Berpartisipasi dalam kegiatan membuat kreasi makanan diharapkan anak-anak akan lebih memahami tentang makanan yang mengandung gizi yang seimbang dan lebih menyukai makanan yang menyehatkan. Mengubah makanan menjadi bentuk yang menarik bagi anak-anak adalah salah satu cara upaya guru untuk mencegah anak-anak mengonsumsi makanan berbahaya bagi tubuh anak.

Menurut peneliti, guru sangat penting dalam membiasakan anak usia lima hingga enam tahun untuk makan makanan sehat. Mereka membantu dengan membuat pendekatan pengajaran, materi pendidikan dan mengadakan berbagai aktivitas dan menyediakan berbagai cara untuk mendukung pendidikan anak dengan nutrisi yang sehat.

Hal ini sejalan dengan pernyataan Safitri (dalam Maemunawati & Alif 2020:15) bahwa guru harus memfasilitasi proses pembelajaran dengan menyediakan fasilitas yang memadai. Anak akan merasa senang saat menggunakan alat bantu belajar yang mereka sukai.

2. Penerapan Edukasi Gizi Seimbang Melalui Kreasi Makanan Di Lembaga PAUD Al-Muttaqien Kelompok B Desa Candali Kecamatan Rancabungur Kabupaten Bogor Provinsi Jawa Barat.

Edukasi gizi seimbang di tatanan sekolah merupakan kegiatan sosialisasi penerapan gizi seimbang. Kegiatan ini adalah upaya meningkatkan pengetahuan anak sekolah untuk mengetahui pentingnya mengkonsumsi gizi seimbang agar tumbuh kembang anak dapat optimal sesuai dengan usianya.

Penerapan edukasi gizi seimbang melalui kreasi makanan, anak dapat belajar tentang berbagai makanan yang baik untuk kesehatan pertumbuhan dan perkembangan anak. Selain itu juga dapat memberi tahu anak-anak tentang manfaat mengonsumsi buah-buahan dan kandungan gizi yang terkandung dalam buah-buahan dan sayuran. Serangkaian makanan yang dikonsumsi setiap hari yang mengandung zat gizi yang seimbang ialah jenis, dan variasi yang sesuai dengan kebutuhan tubuh masing-masing (D. Damayanti, Pritasari, dan Lestari, 2017).

Jenis dan variasi makanan yang seimbang adalah cara yang bagus untuk diterapkan dalam kehidupan sehari-hari. Susunan makanan dalam gizi seimbang berbentuk piramida atau mengerucut ke atas. porsi makanan setiap

bagian adalah yang paling penting untuk dikonsumsi (Jayanti 2017).

Peneliti mengamati bahwa setiap minggu di lembaga PAUD Al-Muttaqien rutin memberikan edukasi melalui kreasi makanan untuk meningkatkan pemahaman tentang gizi yang seimbang pada anak usia dini. Anak diajak untuk berkreasi dengan bahan dasar roti yang di olesi coklat dan kemudian mereka membuat macam-macam karakter antara lain ialah: binatang berupa kupu-kupu, ikan, dan lain-lain di bentuk dengan menggunakan coklat. Peneliti mengamati bahwa anak-anak sangat senang dan anak sangat lahap ketika memakan makanannya yang telah dibuatnya dengan habis. Oleh karena itu peneliti menilai bahwa anak lebih suka memakan yang unik dan menyehatkan. Peneliti mengamati anak-anak membuat makanan berdasarkan ide dan kreativitas mereka dan anak juga membuat bekal dari rumah berupa makanan yang mengandung gizi seimbang yang di kreasikan dengan membuat kreasi makanan baru setiap minggu, anak-anak sangat menyukainya dan mulai memahami pentingnya makanan yang bergizi untuk kesehatan terhadap tubuhnya.

Maka dapat dianalisis oleh peneliti bahwa membuat kreasi makanan untuk mengedukasi gizi seimbang pada anak memerlukan beberapa langkah. Pertama, Anak harus membuat kreasi makanan untuk menanamkan gizi seimbang dan supaya anak lebih tertarik dan suka mengkonsumsi makanan yang mengandung gizi seimbang dan memberikan pengurutan waktu yang tepat tentang kapan makanan akan disediakan sesuai waktu yang direncanakan, jadwal menu adalah susunan jadwal waktu.

Penyusunan program ini bertujuan untuk penyedia dan pengolah makanan untuk mempersiapkan bahan, peralatan, dan tenaga yang dibutuhkan. Selain itu, memiliki jadwal dapat membantu penyantap atau penikmat makanan lebih memahami apa yang akan dihidangkan kepadanya. Untuk menu kreasi makanan sehat di lembaga PAUD Al-Muttaqien seperti berikut:

1) Menu kreasi makanan minggu pertama di lembaga PAUD Al-Muttaqien

Di PAUD Al-Muttaqien, menu minggu pertama yaitu membuat muka panda dari nasi putih, adapun bakso, wortel, naget, ayam, susu, dan melon adalah hiasannya. Nasi putih yang di hias pakai rumput laut, berbentuk panda yang di kelilingi dengan naget, ayam, bakso dan dimasukkan ke dalam cup kecil yang berbeda, dan susu juga dimasukan ke dalam botol yang berkarakter.

2) Menu kreasi makanan minggu kedua di lembaga PAUD Al-Muttaqien

Menu minggu kedua PAUD Al-Muttaqien yaitu membuat muka badut bahan yang dibutuhkan ialah terdiri dari nasi, mie, wortel, buncis, chicken, Dan untuk menghias wajah badut yaitu dengan membentuk nasi berbentuk pipih, letakkan mie di atas nasi, bentuklah seperti rambut kriting, dan letakkan chicken dan buncis, wortel di kanan kiri nasi berbentuk muka badut.

3) Menu kreasi makanan minggu ketiga di lembaga PAUD Al-Muttaqien

Nasi, chicken, telur, buncis, mie, anggur, dan susu termasuk dalam menu minggu ketiga Paud Al-Muttaqien. Selanjutnya, mereka akan membuat makanan bento.

karakter emot senyum. Cara pembuatannya ialah, Masukkan nasi berbentuk bulat ke dalam kotak bekal.

Tuang saos pada nasi di bentuk menjadi emot senyum di beri mulut senyum dan di beri mata dua, dan di samping nasi di beri telur rebus dan chicken, dua kotak cap di atas nasi berisi buncis dan mie.

4) Menu kreasi makanan minggu keempat di lembaga PAUD Al-Muttaqien

Menu makanan pada minggu ke empat yang dijadwalkan di lembaga Paud Al-Muttaqien antara lain: Menu roti selai coklat (roti, coklat, susu). Untuk membentuk kreasi menu roti yang di hias dengan beberapa macam-macam

kreasi makanan yang anak buat dengan roti di hias pakai coklat. Roti yaitu sebagai pengganti nasi yang mempunyai kandungan karbohidrat dan juga sangat banyak manfaatnya bagi tubuh dan kesehatan. Dari penjelasan yang telah diuraikan di atas, penulis dapat melakukan analisis menu makanan gizi seimbang yang berbeda dengan melihat bagaimana edukasi gizi seimbang pada anak usia dini di Paud Al-Muttaqien, Kabupaten Bogor, Ada perubahan dalam jenis sayuran, lauk, dan buah. Dilihat dari menu, dapat disimpulkan bahwa menu Paud Al-Muttaqien sangat bervariasi dan dapat membantu anak usia dini mempelajari nutrisi seimbang.

3. Peran Orang Tua Dalam Mendukung Pentingnya Edukasi Gizi Seimbang Di Lembaga PAUD Al-muttaqien Kelompok B Desa Candali Kecamatan Rancabungur Kabupaten Bogor Provinsi Jawa Barat.

Menurut Peraturan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia Nomor 137 tahun 2014, keterlibatan orang tua dan orang dewasa serta akses ke layanan PAUD yang berkualitas sangat penting untuk mencapai pertumbuhan dan perkembangan anak yang optimal.

Peran orang tua sangat penting dalam mendukung tumbuh kembang anak dan orang tua sendiri adalah pola tingkah laku yang digunakan oleh orang tua untuk melaksanakan kewajibannya.

Peran orang tua meliputi tanggung jawab mendidik, memberikan pengasuhan, dan memberikan bimbingan agar anak merasa siap dan nyaman sepanjang hidupnya Widayati (2018).

Program edukasi gizi seimbang pada anak usia dini di Lembaga PAUD Al-Muttaqien dapat memberi tahu orang tua betapa pentingnya memberi makan-makanan yang mengandung gizi seimbang untuk perkembangan dan pertumbuhan anaknya karena orang tua lah yang memberikan semua kebutuhan anak, termasuk nutrisi yang diperlukan untuk pertumbuhan dan perkembangan anak.

Ini sejalan dengan apa yang dikatakan Mayar & Astuti (2021), yang menyatakan bahwa komponen paling penting yang mempengaruhi Gizi penting untuk pertumbuhan dan perkembangan anak usia dini, yang terdiri dari karbohidrat, protein, lemak, vitamin, air, dan mineral, Wulandari (2022).

Oleh karena itu, Peneliti mewawancarai salah satu orang tua peserta didik untuk mendapatkan tanggapan dari mereka mengenai edukasi gizi seimbang melalui kreasi makanan di Lembaga paud al-muttaqien, berikut pernyataan dari ibu Iceh (orang tua B):

“Saya sangat mendukung pada program edukasi gizi seimbang melalui kreasi makanan ini, karena menurut saya dengan adanya program ini, saya sangat terbantu untuk memberikan makanan yang sehat untuk anak saya dan menambah wawasan agar saya tidak memberikan makanan yang sembarangan karena sebelumnya saya selalu memberi kebebasan pada anak saya untuk membeli jajan apa saja yang anak saya suka, karena kalo tidak di turuti anak saya selalu nangis, padahal makanan tersebut kurang baik untuk di makan, pernah kejadian anak saya membeli jajanan lalu anak saya muntah-muntah, disitulah yang membuat saya khawatir, akan tetapi dengan adanya kegiatan membuat kreasi makanan ini, anak saya lebih suka memakan bekalnya di banding beli jajanan di kantin, dengan adanya kegiatan ini saya merasa tenang karena anak saya sudah menyukai makanan yang lebih sehat”.

Dengan pernyataan tersebut, Wardle menyatakan bahwa orang tua harus memiliki kendali atas makanan yang dikonsumsi oleh anaknya, terutama apa yang mereka makan. Hal ini dilakukan agar anak-anak dapat menghindari berbagai penyakit yang disebabkan oleh kekurangan gizi.

Prameswari et al. (2017) mencatat bahwa status gizi anak akan dipengaruhi oleh bahan makanan yang mereka konsumsi setiap hari. tidak hanya makanan yang ada di rumah dapat membantu anak mendapatkan nutrisi

yang seimbang, tetapi mereka juga dapat membawa bekal makanan ke sekolah. Anak-anak harus tetap mendapatkan nutrisi yang mereka butuhkan selama mereka bersekolah. Oleh karena itu, Orang tua sangat penting untuk memberi anak makanan gizi seimbang untuk membantu mereka mengonsumsi cukup kalori.

Proses perkembangan anak akan terganggu jika anak kekurangan salah satu jenis asupan nutrisi. salah satu masalah pola makan dan gizi yang sering terjadi pada anak usia dini adalah penurunan nafsu makan, mulai memilih-milih makanan, dan lebih suka makanan instan (2020).

Sejalan dengan temuan penelitian sebelumnya yang menunjukkan bahwa kebiasaan konsumsi anak. Anak-anak tidak mau makan sayur-buahan dan makanan sehat lainnya karena terlalu banyak makanan instan.

Orang tua harus bertanggung jawab untuk memenuhi kebutuhan gizi anaknya karena pemenuhan gizi anak sangat penting dan harus diperhatikan. Dalam peran mereka sebagai pembimbing, orang tua akan mendampingi dan membantu anak, termasuk dalam hal pemenuhan nutrisi. Selain itu, sebagai motivator, orang tua akan mendorong dan meningkatkan minat anak untuk mengonsumsi makanan yang sehat dan peran orang tua sebagai fasilitator: orang tua memenuhi semua kebutuhan nutrisi anak dan sebisa mungkin memberi mereka makanan yang sehat dan sesuai porsi tubuhnya. Sebab orang tua memiliki tanggung jawab atas anak-anak sejak janin, baik secara fisik maupun rohani, orang tua harus memperhatikan makanan yang dikonsumsi anak. memberikan kecukupan gizi kepada anaknya melalui makanan yang dikonsumsi Zubairi (2022).

Menurut pengamatan peneliti, antusiasme orang tua dalam mendukung kegiatan Edukasi Gizi Seimbang Melalui Kreasi Makanan sangat baik, Berdasarkan uraian di atas, dapat disimpulkan bahwa program edukasi gizi seimbang melalui kreasi makanan di lembaga Paud Al-Muttaqien berjalan

dengan baik, Selain itu orang tua siswa merespons dengan baik. Menunjukkan bahwa kreasi makanan sebagai bentuk edukasi gizi seimbang memiliki efek positif pada pertumbuhan dan perkembangan anaknya baik perkembangan fisik maupun mental, yang dapat membantu anak usia dini tumbuh dan berkembang dengan baik.

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Penulis menyimpulkan bahwa berdasarkan analisis peneliti dari awal hingga akhir dengan berbagai uraian yang telah peneliti bahas tentang edukasi gizi seimbang melalui kreasi makanan pada anak usia dini yaitu:

- 1) Upaya guru dalam meningkatkan gizi seimbang melalui kreasi makanan di lembaga PAUD Al-Muttaqien kelompok B Desa Candali Kecamatan Rancabungur Kabupaten Bogor Provinsi Jawa Barat telah berjalan dengan baik. Guru telah memberikan edukasi kepada anak dengan menggunakan media pembelajaran, praktek kreasi makanan dan penjelasan kepada anak agar anak mengetahui makanan yang bergizi dan menghindari makanan yang berbahaya untuk dikonsumsi oleh anak.
- 2) Penerapan gizi seimbang di lembaga PAUD Al-Muttaqien kelompok B Desa Candali Kecamatan Rancabungur Kabupaten Bogor Provinsi Jawa Barat sudah terealisasi dengan baik yang melibatkan wali murid secara maksimal dalam program edukasi gizi seimbang, kegiatan tersebut diadakan setiap hari Kamis. Dalam kegiatan tersebut anak-anak sangat senang dan dapat menghabiskan makanannya.
- 3) Peran orang tua untuk mendorong anak mengkonsumsi makanan sehat dan memberikan edukasi mengenai makanan yang baik dan tidak baik kepada anak. Orang tua sudah berusaha mencari cara dalam membuat kreasi makanan yang anak suka setiap hari, untuk membuat anak tidak bosan dan tertarik untuk memakannya.

B. Saran

1) Bagi pendidik atau dewan guru

Guru yang terlibat dalam menjalankan program ini harus memperoleh pemahaman yang baik, sehingga guru dapat lebih memahami apa yang sedang dilakukan dan lebih inovatif saat membuat menu untuk anak-anak di masa kegiatan mendatang. Baik takaran gizi seimbang maupun tujuan gizi seimbang untuk anak usia dini harus direncanakan, dilaksanakan, dan dievaluasi dengan benar. Semua ini harus dilakukan dengan cara yang paling efektif.

2) Bagi lembaga PAUD Al-Muttaqien

Penerapan edukasi gizi seimbang yang di laksanakan di lembaga PAUD Al-Muttaqien kelompok B Desa Candali Kecamatan Rancabungur Kabupaten Bogor Provinsi Jawa Barat ini sebaiknya harus memperoleh persiapan kegiatan dengan baik, agar penyampaian dari kegiatan tersebut dapat dipahami oleh anak.

3) Bagi Orang Tua

Peran orang tua di sekolah sangat penting terutama dalam program edukasi gizi seimbang di mana orang tua harus mendukung kegiatan yang ada di sekolah dengan menyiapkan segala kebutuhan yang dibutuhkan dalam kegiatan tersebut dan orang tua perlu mempelajari makanan yang mengandung gizi dan tidak bergizi untuk dikonsumsi oleh anaknya.

DAFTAR PUSTAKA

- Astria Paramashanti, Bunga. (2019). Gizi Bagi Ibu Dan Anak. Yogyakarta: PT. Pustaka Baru.
- Almatsier, Sunita. (2013). Prinsip Dasar Ilmu Gizi. Jakarta: Penerbit PT. Gramedia Pustaka Utama.
- Bachrens, Inge Tumiwa. (2018). Aku Pintar Makan Sehat. Jakarta: Kawan Pustaka.
- Bungin, Burhan. (2016). Analisa Data Penelitian Kualitatif halaman 45. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada.
- Damayanti, Didit, Pritasari, dan Nugraheni Tri Lestari. (2017). Gizi DalamDaur Kehidupan.
- Departemen Kesehatan RI. (2014). Pedoman Umum Gizi Seimbang. Jakarta: Departemen Kesehatan RI.
- Departemen Kesehatan RI. (2013). Pedoman Pangan Jajanan Anak Sekolah Untuk Pencapaian Gizi Seimbang. Jakarta: Direktorat Standarisasi Produk Pangan.
- Departemen Kesehatan RI. (2013). Pedoman Pangan Jajanan Anak Sekolah untuk Pencapaian Gizi Seimbang. Jakarta: Direktorat Standarisasi Produk Pangan.
- Dewa, Nyoman Supariasa. (2017). Ilmu Gizi Teori Dan Aplikasi. Jakarta: Penerbit Buku Kedokteran EGC.
- Hardiansyah, dkk. (2017). Ilmu Gizi Teori Dan Aplikasi halaman 198-199. Jakarta: Penerbit Buku Kedokteran EGC.
- Kementerian Kesehatan. (2014). Pedoman Gizi Seimbang (PGS) nomor 41.

- Paramashanti, Bunga Astria. (2019). *Gizi Bagi Ibu Dan Anak* halaman Yogyakarta: PT. Pustaka Baru.
- Kemendikbud RI. (2014). Permendikbud Nomor 137 tahun 2014 Tentang Standar Nasional Pendidikan Anak Usia Dini.
- (Koesbardiaty et al., (2014); Pratami, Widjajanti and Aruben, 2016; Permatasari and Setiawati, 2017; Basir, Malonda and Kawatu, 2021).
- Kholifah A., Hasanah, L., Dkk. (2023). *Implementasi Pengenalan Gizi Seimbang Anak Melalui Kreasi Bentuk Makanan. Edu Happiness (Jurnal Ilmiah Perkembangan Anak Usia Dini)*, 71-75.
- Maemunawati, S., & Muhammad, A. (2020). *Peran Guru, Orang Tua, Metode, Dan Media Pembelajaran Strategi KMB di Masa Pandemi Covid-19*. Penerbit 3M Media Karya Serang.
- Mayar, Y. (2021). *Peran Gizi Terhadap Pertumbuhan Dan Perkembangan Anak Usia Dini. Jurnal Pendidikan Tambusai*, 9695-9704.
- Marwadi, Hesti dkk. (2013). *Komponen Gizi Dan Bahan Makanan Untuk Kesehatan*. Yogyakarta: Pustaka Baru.
- Mursid. (2015). *Belajar Dan Pembelajaran PAUD* halaman 141. Bandung: PT. Remaja Rosdakarya.
- Mulyasa, E. (2013). *Menjadi Guru Profesional, Menciptakan Pembelajaran Kreatif dan Menyenangkan*. PT Remaja Rosdakarya.
- Muhith, Abdul. Dkk.(2021). *Increasing The Introduction Of Balanced Nutritious Food Through Cooking Class Activity On Children Of 3-4 Years Old At Ppt Pelangi Kecamatan Pakal Surabaya. International Journal of Nursing and*

Midwifery Science (IJNMS), 5(2), 83.87.<http://ijnms.net/index.php/ijnms/article/view/269>.

- Myrnawati, dkk. (bulan November 2016). *Pengaruh Pengetahuan Gizi, Status Sosial Ekonomi, Gaya Hidup, Dan Pola Makan Terhadap Status Gizi Anak. Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini. Volume 10 Edisi 2.*
- Rosy A. Sparringa. (2021). Pedoman Pangan Jajanan Anak Sekolah Untuk Pencapaian Gizi halaman 111.
- Rusilanti, dkk. (2015). *Gizi Dan Kesehatan Anak Prasekolah* halaman 1-2. Bandung: PT: Remaja Rosdakarya.
- Rusilanti, dkk. (2015). *Gizi Dan Kesehatan Anak Prasekolah*. Bandung: PT. Remaja Rosdakarya.
- S. A. Ogunrinade. (2014). *The Incidence of Malnutrition in Children (Age 0-5 years). Journal of Agriculture and LIFE Sciences. Volume 1 nomor 2.*
- Tobing, David Hizkia dkk. (2016). *Bahan Ajar Metode Penelitian Kualitatif* halaman 18. Denpasar: Program Studi Psikologi Fakultas Kedokteran Universitas Udayana.
- Paes, V. (2015). *Factors Influencing Obesogenic Dietary Intake In Young Children (0–6 Years): Systematic Review Of Qualitative Evidence. BMJ Open.*
- Prameswari, A., Yuniarni, D., Miranda, D. (2017). *Pengaruh Status Gizi Terhadap Perkembangan Motorik Kasar Anak 5-6 Tahun di TK Mujahidin. Jurnal Pendidikan Dan Pembelajaran Khatulistiwa (JPPK)*, 7.
- Pritasari, dkk. (2017). *Gizi Dalam Daur Kehidupan* halaman 94. Jakarta: Pusat Pendidikan Sumber Daya Manusia Kesehatan.

- Widuri, Hesti dkk. (2013). *Komponen Gizi dan Bahan Makanan Untuk Kesehatan* cetakan pertama halaman 25-27. Yogyakarta: Gosyen Publishing.
- Wulandari, Y. (2022). *Parenting Kesehatan Diri Dan Lingkungan: Pentingnya Gizi Bagi Perkembangan Anak. Jurnal Multidisipliner Bharasuba, 747-758.*
- Wulandari, Iis. (2014). *Pengenalan Makanan Gizi Seimbang Melalui Multimedia di TK Sekar Melati. Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini. Universitas Tanjungpura Pontianak.*
- Yoshephin, Betty. (2018). *Tuntunan Praktis Menghitung Kebutuhan Gizi.* Yogyakarta: Graha.

LAMPIRAN

Lampiran 1, Surat Ijin Penelitian



UNIVERSITAS NAHDLATUL ULAMA INDONESIA
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN

Jln. Taman Amir Hamzah No.5 Jakarta 10320
021 390 6501 - 021 315 6864
fkip@unusia.ac.id - www.unusia.ac.id

Nomor : 012/FKIP/100.00.11/1/2024
Lampiran : -
Perihal : Permohonan pelaksanaan penelitian

Kepada Yth,
Kepala Sekolah PAUD AL-MUTTAQIEN
Di Tempat

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

Salam silaturahmi kami sampaikan kepada kepala sekolah PAUD AL-MUTTAQIEN, semoga Bapak/Ibu senantiasa sehat selalu hingga dapat menjalankan aktivitas sehari-hari dengan baik. Aamiin.

Sehubungan dengan hal tersebut pimpinan Universitas Nahdlatul Ulama Indonesia dengan ini menerangkan bahwa :

Nama : **Rosa fatikarani**
NIM : 2021005
Program Studi : Pendidikan Guru Pendidikan Anak Usia Dini
Jenjang Pendidikan : (S1) Strata Satu

Adalah mahasiswa/i Universitas Nahdlatul Ulama Indonesia, mohon diperkenankan untuk mengadakan penelitian pada instansi yang Bapak/Ibu pimpin guna mendapatkan data yang diperlukan, sebagai bahan dalam penyusunan skripsi yang berjudul :

Edukasi Gizi Seimbang Di Kelompok B PAUD AL-MUTTAQIEN Desa Candali Kelurahan Rancabungur kabupaten Bogor Provinsi Jawa Barat.

Demikian permohonan ini kami sampaikan, atas perhatian dan kerjasama yang Bapak/Ibu berikan kami ucapkan terimakasih.

Wallahul Muwafiq Illa Aqwamith Thorieq
Wassalamu'alaikumWr. Wb.

Jakarta, 05 Januari 2024
Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan



UNUSIA
FAKULTAS
DAN ILMU
Dede Setiawan, M.M.Pd.
NIDN. 2110118201



Pendidikan Anak Usia Dini
PAUD AL'MUTTAQIEN
DESA CANDALI KECAMATAN RANCABUNGUR

Alamat : Kp. Kalijati RT.01/01 Ds. Candali Kec. Rancabungur, Bogor.

Surat Keterangan Melakukan Penelitian

No : 20/SKT/PAUD/XII 2023

Dengan surat keterangan ini, Kami kepala sekolah Paud Al-Muttaqien Rancabungur Bogor dengan ini menyatakan bahwa:

Nama : Rosa Fatikarani

Nim : 2021005

Program Studi : Pendidikan Guru Pendidikan Anak Usia Dini

Semester : 7 (Tujuh)

Nama mahasiswa tersebut di atas telah diberikan izin untuk melakukan penelitian di Paud Al-Muttaqien Desa Candali Kecamatan Rancabungur Bogor untuk memperoleh data dalam rangka proses penyusunan tugas akhir dengan judul "**Edukasi Gizi Seimbang Di kelompok B Paud Al-Muttaqien Desa Candali Kelurahan Rancabungur Kabupaten Bogor**" Demikian surat keterangan ini dibuat dengan sesungguhnya agar dapat di pergunakan sebagaimana mestinya.

Bogor, 08 Januari 2023

IRSYAD

Lampiran 2, Catatan Lapangan

CATATAN LAPANGAN

Catatan Lapangan 1

Tanggal : Kamis, 01 Februari 2024

Waktu : Pukul 07.30 – 10.00 WIB

Kegiatan : Observasi Anak Klompok B

Deskripsi:

Pada hari ini, peneliti datang ke sekolah untuk melakukan observasi awal. Ketika sampai di sana peneliti bertemu dengan orang tua siswa. Peneliti disambut dengan baik dan ramah oleh Ibu “A”, kemudian peneliti memperkenalkan diri dan menjelaskan maksud dan tujuan datang ke sana. Kebetulan saat peneliti datang disaat jam belajar anak. Saat itu peneliti langsung melihat proses belajar anak pada hari itu. Dari pengamatan peneliti ketika melihat anak “A”, tampak anak “A” yang sedang belajar dan tampak anak sangat semangat dan antusias mendengarkan penjelasan dari guru yang sedang menerangkan tema pada hari itu. Anak terlihat sudah mandiri dalam melakukan kegiatan belajar. Setelah selesai mengamati dan berbincang dengan orang tua mengenai pola makan anak selama di rumah kemudian peneliti pamit pulang dan sepakat untuk datang lagi untuk mengamati proses belajar anak selama beberapa hari ke depan.

Catatan Lapangan II

Tanggal : Senin, 06 Desember 2021

Waktu : Pukul 09.30 – 11.30 WIB

Kegiatan : Observasi Anak B

Deskripsi :

Pada hari ini peneliti datang ke sekolah lagi untuk bertemu dengan guru orang tua dan anak B dalam rangka observasi lanjutan untuk mengamati anak “B” selama di sekolah. menanyakan waktu luang agar tidak mengganggu orang tua yang sedang mengawasi anaknya. Alhamdulillah, orang tua siswa bersedia dan punya waktu untuk peneliti bisa bertanya. peneliti memperkenalkan diri kepada anak dan menanyakan terkait makanan kesukaanya Kemudian anak menjawab anak lebih suka makanan yang manis dan jajanan yang di jual kantin. Kemudian peneliti memberikan nasehat agar tidak selalu mengkonsumsi makanan sembarangan kepada anak.

Orang tua anak “B” menyampaikan bahwa anaknya pernah mengkonsumsi makanan berupa keju, gak lama kemudian anaknya mengalami muntah-muntah dan ngeluh pusing, ibunya baru inget bahwa anaknya baru saja mengkonsumsi

Lampiran 3, Wawancara

Wawancara Penelitian Dengan Kepala Sekolah Lembaga PAUD Al-Muttaqien Kelompok B Desa Candali Kecamatan Rancabungur Kabupaten Bogor Provinsi Jawa Barat

Nama Lembaga : Lembaga PAUD Al-Muttaqien

Nama Guru : Irsyad

Hari/Tanggal : Jum'at, 22 Desember 2023

| No. | Pertanyaan | Jawaban |
|-----|---|---|
| 1. | Apakah di Lembaga PAUD Al-Muttaqien sudah menerapkan edukasi gizi seimbang? | Sudah, akan tetapi program tersebut di lakukan hanya ketika adanya tema mengenai pengenalan gizi seimbang seperti makanan kesukaanku, sayuran, maupun buah-buhan saja, tidak di lakukan secara rutin. |
| 2. | Bagaimana pelaksanaan edukasi gizi seimbang di lembaga PAUD Al-Muttaqien? | Dalam melaksanakan gizi seimbang, kami dari pihak sekolah bekerja sama dengan wali murid, akan tetapi sebagian orang tua belum memahami dan belum sepenuhnya mendukung dalam menyiapkan gizi seimbang untuk anak-anaknya. |

| | | |
|----|--|--|
| | | <p>serta sarana dan prasarana dalam menerapkan gizi seimbang.</p> <p>Guru sangat terbatas untuk dapat mengajak anak ketika mengkonsumsi makanan gizi karena ketika anak sudah di rumah, guru tidak dapat memantau setiap kegiatan yang anak lakukan.</p> |
| 3. | <p>Apa yang dilakukan sebagai kepala sekolah ketika kantin sekolah menjual makanan yang kurang baik dan kurang higienis terhadap makanan anak?</p> | <p>Kami memantau terhadap makanan yang ada di kantin sekolah dan menegur secara baik-baik agar pihak kantin dapat menjual makanan yang layak untuk di konsumsi oleh anak.</p> |
| 4. | <p>Apa solusi yang dilakukan untuk mengatasi masalah tersebut?</p> | <p>Untuk mengatasi masalah ini, guru melakukan bimbingan mengenai edukasi gizi seimbang kepada setiap siswa dan memantau terhadap makanan yang di konsumsi oleh anak serta mewajibkan anak untuk membawa bekal.</p> |

Wawancara Penelitian Dengan Guru Di Lembaga PAUD Al-Muttaqien

Desa Candali Kecamatan Rancabungur Bogor Provinsi Jawa Barat

Nama Lembaga : Lembaga PAUD Al-Muttaqien

Nama Guru : Rahma

Hari/Tanggal : Jum'at, 22 Desember 2023

| No. | Pertanyaan | Jawaban |
|-----|---|---|
| 1. | Apakah di Lembaga PAUD Al-Muttaqien sudah menerapkan edukasi gizi seimbang pada anak? | Sudah, akan tetapi anak belum menerapkan apa yang telah diajari oleh guru tentang bahan makanan yang tidak mengandung gizi, anak-anak masih suka mengonsumsi makanan yang ia sukai, seperti snack berwarna, dan minuman bersoda, serta orang tua tidak memberikan larangan pada anaknya dalam mengonsumsi makanan tersebut. |
| 2. | Bagaimana peran guru dalam meningkatkan edukasi gizi seimbang pada anak? | Peran guru yang dilakukan dalam meningkatkan edukasi gizi seimbang pada anak melalui kegiatan membentuk kreasi makanan. Edukasi gizi seimbang pada anak dengan membiasakan mengonsumsi aneka ragam pangan, menerapkan perilaku hidup bersih dan sehat, membentuk kreasi |

| | | |
|----|--|--|
| | | makanan yang di sukai anak. |
| 3. | Metode dan strategi apa yang di terapkan selama menjalankan edukasi gizi seimbang terhadap anak? | Metode yang sering kita gunakan yaitu melalui metode membentuk kreasi makanan dan tanya jawab pada saat edukasi makanan yang di buatnya. Serta untuk strategi yang digunakan yaitu dengan mengikuti prosedur serta teknis karakter atau bentuk yang anak suka. |
| 4. | Bagaimana cara anak menyukai gizi seimbang? | Libatkan anak ketika membuat kreasi makanan, agar anak tertarik dengan apa yang telah dia buat karena anak lebih suka dengan hal yang unik, dengan hal tersebut anak lebih suka makan yang mengandung gizi seimbang dengan yang telah dia buat. |

| | | |
|----|---|---|
| 5. | Bagaimana cara agar anak tidak mengkonsumsi makanan dengan sembarangan? | Di usahakan anak membawa bekal ketika sekolah agar ketika istirahat anak tidak ingin makanan yang ada di luar sekolah dan tidak jajan sembarangan, akan tetapi anak mengkonsumsi bekalnya yang telah di siapkan dari rumah. |
|----|---|---|

Hasil Wawancara Dengan Orang Tua Siswa Kelompok B

Di Lembaga PAUD Al-Muttaqien, Candali Rancabungur Bogor

| No. | Pertanyaan | Jawaban |
|-----|---|--|
| 1. | Apa yang Ibu ketahui tentang edukasi gizi seimbang terhadap anak? | Cara memperkenalkan atau memberi tahu pada anak tentang makanan sehat dan makanan sehari-hari yang mengandung zat gizi dalam jenis dan jumlah yang sesuai dengan kebutuhan tubuh anak, dengan memperhatikan prinsip keanekaragaman pangan, aktivitas fisik, perilaku hidup bersih, serta mempertahankan berat badan normal secara teratur. |
| 2. | Seberapa penting gizi seimbang untuk anak? | Makanan yang mengandung gizi sangat penting untuk proses pertumbuhan anak. Jika anak mengonsumsi makanan yang cukup gizi secara teratur, mereka akan tumbuh sehat dan mampu mencapai prestasi belajar yang tinggi. |

| | | |
|----|---|---|
| 3. | Bagaimana peran seorang ibu dalam memenuhi gizi seimbang pada anak? | Dengan memberikan makan-makanan yang bergizi, melakukan aktivitas yang cukup, menerapkan perilaku hidup bersih dan sehat, serta istirahat yang cukup, akan tetapi hal tersebut tidak dilakukan secara rutin karena anak terkadang susah di atur oleh orang tua, jadi kami sebagai orang tua mengikuti apa yang anak mau agar anak tidak marah |
| 4. | Bagaimana ibu menerapkan gizi seimbang dalam keseharian anak? | Dalam penerapan gizi seimbang pada anak dalam kesehariannya tidak rutin untuk memberikan sepenuhnya dengan berbagai macam jenis makanan yang mengandung gizi seimbang, akan tetapi memberikan makanan dengan cara sederhana, terkadang dengan nasi dan telur, nasi dan sayur sesuai dengan apa yang kita mampu untuk membelinya, dan terkadang anak lebih banyak jajan di bandingkan makan. |

Lampiran 4, *Informed Consent*

INFORMED CONSENT **PERSETUJUAN MENJADI RESPONDEN**

Nama Responden :
 Tempat Tanggal Lahir :
 Usia :
 Pendidikan Terakhir :
 Jabatan :
 Menyatakan bahwa :

1. Saya telah mendapatkan penjelasan segala sesuatu mengenai penelitian, Edukasi Gizi Seimbang Melalui Kreasi Makanan di Lembaga PAUD Al Muttaqien kelompok B Desa Candali Kelurahan Rancabungur Kabupaten Bogor Provinsi Jawa Barat.
2. Setelah saya memahami penjelasan tersebut, dengan penuh kesadaran dan tanpa paksaan dari siapapun, saya bersedia ikut serta dalam penelitian ini dengan kondisi:
 - a. Data yang diperoleh dari penelitian ini akan dijaga kerahasiaannya dengan hanya dipergunakan untuk kepentingan ilmiah.
 - b. Apabila saya inginkan, saya boleh memutuskan untuk keluar atau tidak berpartisipasi lagi dalam penelitian ini tanpa harus menyampaikan alasan apapun.

Bogor, 1 Februari 2024

Peneliti,

yang membuat pernyataan,



Rosa Fatikarani

NIM: 2021005

(.....)

INFORMED CONSENT
PERSETUJUAN MENJADI RESPONDEN

Nama Responden : EMEH
Tempat Tanggal Lahir : Bogor 17-02-1967
Usia : 57 tahun
Pendidikan Terakhir : SD
Jabatan : Rumah tangga
Menyatakan bahwa :

1. Saya telah mendapatkan penjelasan segala sesuatu mengenai penelitian, Edukasi Gizi Seimbang Melalui Kreasi Makanan di Lembaga PAUD Al Muttaqien kelompok B Desa Candali Kelurahan Rancabungur Kabupaten Bogor Provinsi Jawa Barat.
2. Setelah saya memahami penjelasan tersebut, dengan penuh kesadaran dan tanpa paksaan dari siapapun, saya bersedia ikut serta dalam penelitian ini dengan kondisi:
 - a. Data yang diperoleh dari penelitian ini akan dijaga kerahasiaannya dengan hanya dipergunakan untuk kepentingan ilmiah.
 - b. Apabila saya inginkan, saya boleh memutuskan untuk keluar atau tidak berpartisipasi lagi dalam penelitian ini tanpa harus menyampaikan alasan apapun.

Bogor, 01 Februari 2024

Peneliti,


Rosa Fatikarani
NIM: 2021005

yang membuat pernyataan,

(...)

INFORMED CONSENT
PERSETUJUAN MENJADI RESPONDEN

Nama Responden : Tiyah
Tempat Tanggal Lahir : Bogor, 09-06-1996
Usia : 28 th
Pendidikan Terakhir : SD
Jabatan : Ibu Rumah Tangga
Menyatakan bahwa :

1. Saya telah mendapatkan penjelasan segala sesuatu mengenai penelitian, Edukasi Gizi Seimbang Melalui Kreasi Makanan di Lembaga PAUD Al Muttaqien kelompok B Desa Candali Kelurahan Rancabungur Kabupaten Bogor Provinsi Jawa Barat.
2. Setelah saya memahami penjelasan tersebut, dengan penuh kesadaran dan tanpa paksaan dari siapapun, saya bersedia ikut serta dalam penelitian ini dengan kondisi:
 - a. Data yang diperoleh dari penelitian ini akan dijaga kerahasiaannya dengan hanya dipergunakan untuk kepentingan ilmiah.
 - b. Apabila saya inginkan, saya boleh memutuskan untuk keluar atau tidak berpartisipasi lagi dalam penelitian ini tanpa harus menyampaikan alasan apapun.

Bogor, 01 Februari 2024

Peneliti,


Rosa Fatikarani
NIM: 2021005

yang membuat pernyataan,


(....Tiyah...)

INFORMED CONSENT
PERSETUJUAN MENJADI RESPONDEN

Nama Responden : IRMA
 Tempat Tanggal Lahir : 0901-10-05-1990
 Usia : 31
 Pendidikan Terakhir : SD
 Jabatan : rumah tangga
 Menyatakan bahwa :

1. Saya telah mendapatkan penjelasan segala sesuatu mengenai penelitian, Edukasi Gizi Seimbang Melalui Kreasi Makanan di Lembaga PAUD Al Muttaqien kelompok B Desa Candali Kelurahan Rancabungur Kabupaten Bogor Provinsi Jawa Barat.
2. Setelah saya memahami penjelasan tersebut, dengan penuh kesadaran dan tanpa paksaan dari siapapun, saya bersedia ikut serta dalam penelitian ini dengan kondisi:
 - a. Data yang diperoleh dari penelitian ini akan dijaga kerahasiaannya dengan hanya dipergunakan untuk kepentingan ilmiah.
 - b. Apabila saya inginkan, saya boleh memutuskan untuk keluar atau tidak berpartisipasi lagi dalam penelitian ini tanpa harus menyampaikan alasan apapun.

Bogor, 01 Februari 2024

Peneliti,


Rosa Fatikarani
 NIM: 2021005

yang membuat pernyataan,


 (.....)

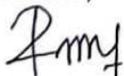
INFORMED CONSENT
PERSETUJUAN MENJADI RESPONDEN

Nama Responden : AMELIA IRANI
 Tempat Tanggal Lahir : Bogor, 14 Mei 2000
 Usia : 24 tahun
 Pendidikan Terakhir : SMP
 Jabatan : Mengurus Rumah Tangga
 Menyatakan bahwa :

1. Saya telah mendapatkan penjelasan segala sesuatu mengenai penelitian, Edukasi Gizi Seimbang Melalui Kreasi Makanan di Lembaga PAUD Al Muttaqien kelompok B Desa Candali Kelurahan Rancabungur Kabupaten Bogor Provinsi Jawa Barat.
2. Setelah saya memahami penjelasan tersebut, dengan penuh kesadaran dan tanpa paksaan dari siapapun, saya bersedia ikut serta dalam penelitian ini dengan kondisi:
 - a. Data yang diperoleh dari penelitian ini akan dijaga kerahasiaannya dengan hanya dipergunakan untuk kepentingan ilmiah.
 - b. Apabila saya inginkan, saya boleh memutuskan untuk keluar atau tidak berpartisipasi lagi dalam penelitian ini tanpa harus menyampaikan alasan apapun.

Bogor, 01 Februari 2024

Peneliti,



Rosa Fatikarani
NIM: 2021005

yang membuat pernyataan,


(.....)

INFORMED CONSENT
PERSETUJUAN MENJADI RESPONDEN

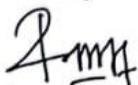
Nama Responden : ISNA
 Tempat Tanggal Lahir : BOGOR 10-04-1989
 Usia : 34
 Pendidikan Terakhir : SD
 Jabatan : Ibu Rumah Tangga
 Menyatakan bahwa :

1. Saya telah mendapatkan penjelasan segala sesuatu mengenai penelitian, Edukasi Gizi Seimbang Melalui Kreasi Makanan di Lembaga PAUD Al Muttaqien kelompok B Desa Candali Kelurahan Rancabungur Kabupaten Bogor Provinsi Jawa Barat.
2. Setelah saya memahami penjelasan tersebut, dengan penuh kesadaran dan tanpa paksaan dari siapapun, saya bersedia ikut serta dalam penelitian ini dengan kondisi:
 - a. Data yang diperoleh dari penelitian ini akan dijaga kerahasiaannya dengan hanya dipergunakan untuk kepentingan ilmiah.
 - b. Apabila saya inginkan, saya boleh memutuskan untuk keluar atau tidak berpartisipasi lagi dalam penelitian ini tanpa harus menyampaikan alasan apapun.

Bogor, 01 Februari 2024

yang membuat pernyataan,

Peneliti,



Rosa Fatikarani
NIM: 2021005

(...*San*...)

INFORMED CONSENT
PERSETUJUAN MENJADI RESPONDEN

Nama Responden : ICEVH
 Tempat Tanggal Lahir : 06-12-1980
 Usia : 45
 Pendidikan Terakhir : SD.
 Jabatan : Ibu Rumah Tangga.
 Menyatakan bahwa :

1. Saya telah mendapatkan penjelasan segala sesuatu mengenai penelitian, Edukasi Gizi Seimbang Melalui Kreasi Makanan di Lembaga PAUD Al Muttaqien kelompok B Desa Candali Kelurahan Rancabungur Kabupaten Bogor Provinsi Jawa Barat.
2. Setelah saya memahami penjelasan tersebut, dengan penuh kesadaran dan tanpa paksaan dari siapapun, saya bersedia ikut serta dalam penelitian ini dengan kondisi:
 - a. Data yang diperoleh dari penelitian ini akan dijaga kerahasiaannya dengan hanya dipergunakan untuk kepentingan ilmiah.
 - b. Apabila saya inginkan, saya boleh memutuskan untuk keluar atau tidak berpartisipasi lagi dalam penelitian ini tanpa harus menyampaikan alasan apapun.

Bogor, 01 Februari 2024

Peneliti,


Rosa Fatikarani
 NIM: 2021005

yang membuat pernyataan,

(..Ivhy.....)

Lampiran 5, Instrumen Penelitian

| No. | Item Pernyataan | Kategori Jawaban | | | | Keterangan |
|-----|--|------------------|---|---|---|------------|
| | | 4 | 3 | 2 | 1 | |
| 1. | Pelaksanaan edukasi melalui kreasi makanan dengan aneka bentuk kartun. | | | | | |
| 2. | Guru dan orang tua mulai menerapkan edukasi gizi melalui kreasi makanan. | | | | | |
| 3. | Kertarikan anak kelompok B mengkonsumsi makanan yang mengandung gizi seimbang. | | | | | |
| 4. | Peningkatan terhadap gizi seimbang dikelompok B dalam mengkonsumsi makanan yang bergizi. | | | | | |
| 5. | Anak mulai tertarik dalam membuat kreasi makanan dengan bentuk kartun yang anak sukai. | | | | | |
| 6. | Guru dan Orang tua menerapkan edukasi melalui kreasi makanan di sekolah dan lingkungan aktifitas anak. | | | | | |
| 7. | Anak kelompok B mulai tertarik untuk memakan dan menghabiskan makanan yang telah mereka buat. | | | | | |
| 8. | Gizi anak terdapat peningkatan dalam mengkonsumsi makanan yang mengandung gizi seimbang di setiap harinya. | | | | | |

| No. | Item Pernyataan | Skala | | | |
|-----|---|--|--|--|--|
| | | 4 | 3 | 2 | 1 |
| 1. | Pelaksanaan edukasi gizi seimbang dengan aneka bentuk yang anak suka. | Pelaksanaan edukasi gizi melalui kreasi makanan selalu dilakukan oleh anak dan di praktekan dengan aneka bentuk yang anak sukai. | Pelaksanaan kegiatan kreasi makanan sering di lakukan ketika ada tema mengenai makanan yang bergizi. | Dalam melaksanakan kegiatan kreasi makanan, kadang-kadang guru membantu mengarahkan anak untuk membentuk kreasi yang anak akan buat. | Orang tua tidak pernah melarang kepada anaknya ketika mengkonsumsi makanan yang berbahaya untuk di konsumsi. |

| | | | | | |
|----|--|--|--|--|---|
| 2. | Guru dan orang tua mulai menerapkan edukasi gizi melalui kreasi makanan. | Orang tua selalu ikut serta dalam kegiatan membentuk kreasi makanan. | Guru sering mengajarkan anak terhadap makanan yang mengandung gizi dan makanan yang berbahaya agar anak tidak mengkonsumsi makanan dengan sembarangan. | Orang tua kadang-kadang membiarkan anaknya ketika mengkonsumsi makanan yang tidak bergizi. | Orang tua tidak pernah memberikan penjelasan mengenai makanan yang bergizi dan berbahaya untuk anaknya. |
|----|--|--|--|--|---|

| | | | | | |
|----|---|--|--|--|---|
| 3. | Kertarikan anak kelompok B dalam mengkonsumsi makanan yang bergizi. | Anak selalu menghabiskan makanan yang mengandung gizi seimbang. | Anak sering merapihkan kembali tempat makanannya. | Anak kadang-kadang tidak menghabiskan makanannya. | Anak tidak pernah menghabiskan bekalnya, karena anak tidak suka dengan menu makanannya. |
| 4. | Peran guru dalam menerapkan gizi seimbang terhadap anak usia dini. | Guru selalu memfasilitasi semua kegiatan yang dapat meningkatkan gizi terhadap anak. | Guru sering mengajak anak agar tidak memakan makanan yang berbahaya. | Guru kadang-kadang memberi makanan yang mengandung gizi dan baik untuk tubuh anak. | Guru tidak pernah melarang anaknya jajan pada jajanan yang |

| | | | | | |
|----|--|--|--|--|---|
| | | | | | mengandung zat makanan yang berbahaya. |
| 5. | Anak mulai tertarik membuat kreasi makanan dengan bentuk kartun yang anak sukai. | Anak selalu senang ketika membuat kreasi makanan yang ia sukai | Anak sering membuat kreasi secara mandiri sesuai apa yang ia inginkan. | Anak kadang kadang kurang rapi dalam membuat kreasi makanan. | Anak tidak pernah bosan dengan kegiatan membuat kreasi makanan. |
| 6. | Guru dan orang tua dalam menerapkan edukasi melalui kreasi makanan di | Guru selalu mampu menerapkan kegiatan edukasi di | Guru sering menerapkan edukasi gizi seimbang di lembaga paud | Guru kadang-kadang memperhatikan apa yang dikonsumsi oleh | Orang tua tidak melarang |

| | | | | | |
|----|---|--|---|--|---|
| | sekolah dan lingkungan anak. | sekolah dengan seru. | tersebut. | anak. | anak membeli jajan sembarangan. |
| 7. | Anak kelompok B mulai tertarik untuk memakan dan menghabiskan makanan yang telah mereka buat. | Anak selalu menghabiskan makanan yang telah mereka buat. | Anak sering mengonsumsi makanan yang mengandung gizi dan mampu berkembang dengan baik ketika mengonsumsi gizi seimbang. | Guru kadang-kadang menyuruh anak agar dapat menghabiskan makanannya. | Anak tidak pernah bosan dalam mengonsumsi makanan yang mereka buat. |

| | | | | | |
|----|--|---|--------------------------------------|--|--|
| 8. | Terdapat peningkatan dalam mengkonsumsi makanan yang mengandung gizi seimbang di setiap harinya. | Anak selalu membiasakan untuk mengkonsumsi makanan yang mengandung gizi seimbang. | Anak sering menghabiskan makanannya. | Anak kadang-kadang ingin menambah makanan. | Anak tidak pernah mau menghabiskan makanan yang mengandung gizi. |
|----|--|---|--------------------------------------|--|--|

**Instrumen Penelitian Edukasi Gizi Seimbang Melalui Kereasi Makanan Di
Lembaga Paud Al-Muttaqien Kelompok B Desa Candali Kecamatan
Rancabungur Kabupaten Bogor Provinsi Jawa Barat**

Nama Anak : AIMA NUR AULIA
 Jenis Kelamin : Perempuan
 Tempat Tanggal Lahir : 06 November 2018
 Nama Sekolah : Paud Al-Muttaqien
 Prosedur Pengamatan :

1. Penilaian dilakukan oleh wali murid atau peneliti saat aktivitas sehari-hari.
2. Penilaian dilakukan setiap hari oleh wali murid.
3. Penilaian menggunakan skala liker dengan memberikan tanda centang (✓) pada aktifitas anak yang terjadi tiap hari di lingkungan. Kategori nilai validasinya SS= Selalu, S= Sering, K= Kadang-Kadang, TP = Tidak Pernah.

| Kategori Jawaban | SS | S | K | TP |
|------------------|----|---|---|----|
| Skor | 4 | 3 | 2 | 1 |

PrePenelitian

| No. | Item Pernyataan | Kategori Jawaban | | | | Keterangan |
|-----|--|------------------|---|---|---|------------|
| | | 4 | 3 | 2 | 1 | |
| 1. | Pelaksanaan edukasi melalui kreasi makanan dengan aneka bentuk kartun. | | ✓ | | | |
| 2. | Guru dan orang tua mulai menerapkan edukasi gizi melalui kreasi makanan. | ✓ | | | | |
| 3. | Kertarikan anak kelompok B mengkonsumsi makanan yang mengandung gizi seimbang | | ✓ | | | |
| 4. | Peningkatan terhadap gizi seimbang dikelompok B dalam mengkonsumsi makanan yang bergizi. | ✓ | | | | |
| 5. | Anak mulai tertarik dalam membuat kreasi makanan dengan bentuk kartun yang anak sukai. | | ✓ | | | |
| 6. | Guru dan Orang tua menerapkan edukasi melalui kreasi makanan di sekolah dan lingkungan aktifitas anak. | | ✓ | | | |
| 7. | Anak kelompok B mulai tertarik untuk memakan dan menghabiskan makanan yang telah mereka buat. | ✓ | | | | |
| 8. | Gizi anak terdapat peningkatan dalam mengkonsumsi makanan yang mengandung gizi seimbang di setiap harinya. | | ✓ | | | |

Post Penelitian

| No. | Item Pernyataan | Kategori Jawaban | | | | Keterangan |
|-----|--|------------------|---|---|---|------------|
| | | 4 | 3 | 2 | 1 | |
| 1. | Pelaksanaan edukasi melalui kreasi makanan dengan aneka bentuk kartun. | | | ✓ | | |
| 2. | Guru dan orang tua mulai menerapkan edukasi gizi melalui kreasi makanan. | | ✓ | | | |
| 3. | Kertarikan anak kelompok B mengkonsumsi makanan yang mengandung gizi seimbang | | | ✓ | | |
| 4. | Peningkatan terhadap gizi seimbang dikelompok B dalam mengkonsumsi makanan yang bergizi. | | | ✓ | | |
| 5. | Anak mulai tertarik dalam membuat kreasi makanan dengan bentuk kartun yang anak sukai. | | | ✓ | | |
| 6. | Guru dan Orang tua menerapkan edukasi melalui kreasi makanan di sekolah dan lingkungan aktifitas anak. | | | ✓ | | |
| 7. | Anak kelompok B mulai tertarik untuk memakan dan menghabiskan makanan yang telah mereka buat. | | | ✓ | | |
| 8. | Gizi anak terdapat peningkatan dalam mengkonsumsi makanan yang mengandung gizi seimbang di setiap harinya. | | | ✓ | | |

**Instrumen Penelitian Edukasi Gizi Seimbang Melalui Kereasi Makanan Di
Lembaga Paud Al-Muttaqien Kelompok B Desa Candali Kecamatan
Rancabungur Kabupaten Bogor Provinsi Jawa Barat**

Nama Anak : *Muhammad Abifa*
 Jenis Kelamin : *Laki-laki*
 Tempat Tanggal Lahir : *Bogor, 06 November 2018*
 Nama Sekolah : *PAUD AL-MUTTAQIEN*
 Prosedur Pengamatan :

1. Penilaian dilakukan oleh wali murid atau peneliti saat aktivitas sehari-hari.
2. Penilaian dilakukan setiap hari oleh wali murid.
3. Penilaian menggunakan skala likerd dengan memberikan tanda centang (✓) pada aktifitas anak yang terjadi tiap hari di lingkungan. Kategori nilai validasinya SS= Selalu, S= Sering, K= Kadang-Kadang, TP = Tidak Pernah.

| Kategori Jawaban | SS | S | K | TP |
|------------------|----|---|---|----|
| Skor | 4 | 3 | 2 | 1 |

Pre Penelitian

| No. | Item Pernyataan | Kategori Jawaban | | | | Keterangan |
|-----|--|------------------|---|---|---|------------|
| | | 4 | 3 | 2 | 1 | |
| 1. | Pelaksanaan edukasi melalui kreasi makanan dengan aneka bentuk kartun. | | | ✓ | | |
| 2. | Guru dan orang tua mulai menerapkan edukasi gizi melalui kreasi makanan. | | | ✓ | | |
| 3. | Kertarikan anak kelompok B mengkonsumsi makanan yang mengandung gizi seimbang | | ✓ | | | |
| 4. | Peningkatan terhadap gizi seimbang dikelompok B dalam mengkonsumsi makanan yang bergizi. | | | ✓ | | |
| 5. | Anak mulai tertarik dalam membuat kreasi makanan dengan bentuk kartun yang anak sukai. | | ✓ | | | |
| 6. | Guru dan Orang tua menerapkan edukasi melalui kreasi makanan di sekolah dan lingkungan aktifitas anak. | | | ✓ | | |
| 7. | Anak kelompok B mulai tertarik untuk memakan dan menghabiskan makanan yang telah mereka buat. | | | ✓ | | |
| 8. | Gizi anak terdapat peningkatan dalam mengkonsumsi makanan yang mengandung gizi seimbang di setiap harinya. | | | ✓ | | |

Post Penelitian

| No. | Item Pernyataan | Kategori Jawaban | | | | Keterangan |
|-----|--|------------------|---|---|---|------------|
| | | 4 | 3 | 2 | 1 | |
| 1. | Pelaksanaan edukasi melalui kreasi makanan dengan aneka bentuk kartun. | | ✓ | | | |
| 2. | Guru dan orang tua mulai menerapkan edukasi gizi melalui kreasi makanan. | ✓ | | | | |
| 3. | Kertarikan anak kelompok B mengkonsumsi makanan yang mengandung gizi seimbang | | ✓ | | | |
| 4. | Peningkatan terhadap gizi seimbang dikelompok B dalam mengkonsumsi makanan yang bergizi. | ✓ | | | | |
| 5. | Anak mulai tertarik dalam membuat kreasi makanan dengan bentuk kartun yang anak sukai. | | ✓ | | | |
| 6. | Guru dan Orang tua menerapkan edukasi melalui kreasi makanan di sekolah dan lingkungan aktifitas anak. | | ✓ | | | |
| 7. | Anak kelompok B mulai tertarik untuk memakan dan menghabiskan makanan yang telah mereka buat. | ✓ | | | | |
| 8. | Gizi anak terdapat peningkatan dalam mengkonsumsi makanan yang mengandung gizi seimbang di setiap harinya. | | ✓ | | | |

**Instrumen Penelitian Edukasi Gizi Seimbang Melalui Kereasi Makanan Di
Lembaga Paud Al-Muttaqien Kelompok B Desa Candali Kecamatan
Rancabungur Kabupaten Bogor Provinsi Jawa Barat**

Nama Anak : MUHAMMAD MAJIR
 Jenis Kelamin : LAKI/LAKI
 Tempat Tanggal Lahir : BOGOR 14-08-2017
 Nama Sekolah : PAUD AL MUTTAQIEN
 Prosedur Pengamatan :

1. Penilaian dilakukan oleh wali murid atau peneliti saat aktivitas sehari-hari.
2. Penilaian dilakukan setiap hari oleh wali murid.
3. Penilaian menggunakan skala liker dengan memberikan tanda centang (√) pada aktifitas anak yang terjadi tiap hari di lingkungan. Kategori nilai validasinya SS= Selalu, S= Sering, K= Kadang-Kadang, TP = Tidak Pernah.

| Kategori Jawaban | SS | S | K | TP |
|------------------|----|---|---|----|
| Skor | 4 | 3 | 2 | 1 |

Pre Penelitian

| No. | Item Pernyataan | Kategori Jawaban | | | | Keterangan |
|-----|--|------------------|---|---|---|------------|
| | | 4 | 3 | 2 | 1 | |
| 1. | Pelaksanaan edukasi melalui kreasi makanan dengan aneka bentuk kartun. | | | ✓ | | |
| 2. | Guru dan orang tua mulai menerapkan edukasi gizi melalui kreasi makanan. | | | ✓ | | |
| 3. | Kertarikan anak kelompok B mengkonsumsi makanan yang mengandung gizi seimbang | | | | ✓ | |
| 4. | Peningkatan terhadap gizi seimbang dikelompok B dalam mengkonsumsi makanan yang bergizi. | | | ✓ | | |
| 5. | Anak mulai tertarik dalam membuat kreasi makanan dengan bentuk kartun yang anak sukai. | | | ✓ | | |
| 6. | Guru dan Orang tua menerapkan edukasi melalui kreasi makanan di sekolah dan lingkungan aktifitas anak. | | | ✓ | | |
| 7. | Anak kelompok B mulai tertarik untuk memakan dan menghabiskan makanan yang telah mereka buat. | | | | ✓ | |
| 8. | Gizi anak terdapat peningkatan dalam mengkonsumsi makanan yang mengandung gizi seimbang di setiap harinya. | | | ✓ | | |

Post Penelitian

| No. | Item Pernyataan | Kategori Jawaban | | | | Keterangan |
|-----|--|------------------|---|---|---|------------|
| | | 4 | 3 | 2 | 1 | |
| 1. | Pelaksanaan edukasi melalui kreasi makanan dengan aneka bentuk kartun. | | ✓ | | | |
| 2. | Guru dan orang tua mulai menerapkan edukasi gizi melalui kreasi makanan. | ✓ | | | | |
| 3. | Kertarikan anak kelompok B mengkonsumsi makanan yang mengandung gizi seimbang | | | ✓ | | |
| 4. | Peningkatan terhadap gizi seimbang dikelompok B dalam mengkonsumsi makanan yang bergizi. | | | ✓ | | |
| 5. | Anak mulai tertarik dalam membuat kreasi makanan dengan bentuk kartun yang anak sukai. | | | ✓ | | |
| 6. | Guru dan Orang tua menerapkan edukasi melalui kreasi makanan di sekolah dan lingkungan aktifitas anak. | | | ✓ | | |
| 7. | Anak kelompok B mulai tertarik untuk memakan dan menghabiskan makanan yang telah mereka buat. | | ✓ | | | |
| 8. | Gizi anak terdapat peningkatan dalam mengkonsumsi makanan yang mengandung gizi seimbang di setiap harinya. | | | ✓ | | |

**Instrumen Penelitian Edukasi Gizi Seimbang Melalui Kereasi Makanan Di
Lembaga Paud Al-Muttaqien Kelompok B Desa Candali Kecamatan
Rancabungur Kabupaten Bogor Provinsi Jawa Barat**

Nama Anak : AZMYA SABIYA NASIRA
Jenis Kelamin : Perempuan
Tempat Tanggal Lahir : BOGOR, 22 November 2017
Nama Sekolah : PAUD AL-MUTTAQIEN
Prosedur Pengamatan :

1. Penilaian dilakukan oleh wali murid atau peneliti saat aktivitas sehari-hari.
2. Penilaian dilakukan setiap hari oleh wali murid.
3. Penilaian menggunakan skala liker dengan memberikan tanda centang (✓) pada aktifitas anak yang terjadi tiap hari di lingkungan. Kategori nilai validasinya SS= Selalu, S= Sering, K= Kadang-Kadang, TP = Tidak Pernah.

| Kategori Jawaban | SS | S | K | TP |
|------------------|----|---|---|----|
| Skor | 4 | 3 | 2 | 1 |

Pre Penelitian

| No. | Item Pernyataan | Kategori Jawaban | | | | Keterangan |
|-----|--|------------------|---|---|---|------------|
| | | 4 | 3 | 2 | 1 | |
| 1. | Pelaksanaan edukasi melalui kreasi makanan dengan aneka bentuk kartun. | | | ✓ | | |
| 2. | Guru dan orang tua mulai menerapkan edukasi gizi melalui kreasi makanan. | | | ✓ | | |
| 3. | Kertarikan anak kelompok B mengkonsumsi makanan yang mengandung gizi seimbang | | | | ✓ | |
| 4. | Peningkatan terhadap gizi seimbang dikelompok B dalam mengkonsumsi makanan yang bergizi. | | | ✓ | | |
| 5. | Anak mulai tertarik dalam membuat kreasi makanan dengan bentuk kartun yang anak sukai. | | | ✓ | | |
| 6. | Guru dan Orang tua menerapkan edukasi melalui kreasi makanan di sekolah dan lingkungan aktifitas anak. | | | ✓ | | |
| 7. | Anak kelompok B mulai tertarik untuk memakan dan menghabiskan makanan yang telah mereka buat. | | | | ✓ | |
| 8. | Gizi anak terdapat peningkatan dalam mengkonsumsi makanan yang mengandung gizi seimbang di setiap harinya. | | | | ✓ | |

Post Penelitian

| No. | Item Pernyataan | Kategori Jawaban | | | | Keterangan |
|-----|--|------------------|---|---|---|------------|
| | | 4 | 3 | 2 | 1 | |
| 1. | Pelaksanaan edukasi melalui kreasi makanan dengan aneka bentuk kartun. | | | ✓ | | |
| 2. | Guru dan orang tua mulai menerapkan edukasi gizi melalui kreasi makanan. | ✓ | | | | |
| 3. | Kertarikan anak kelompok B mengkonsumsi makanan yang mengandung gizi seimbang | ✓ | | | | |
| 4. | Peningkatan terhadap gizi seimbang dikelompok B dalam mengkonsumsi makanan yang bergizi. | ✓ | | | | |
| 5. | Anak mulai tertarik dalam membuat kreasi makanan dengan bentuk kartun yang anak sukai. | | ✓ | | | |
| 6. | Guru dan Orang tua menerapkan edukasi melalui kreasi makanan di sekolah dan lingkungan aktifitas anak. | ✓ | | | | |
| 7. | Anak kelompok B mulai tertarik untuk memakan dan menghabiskan makanan yang telah mereka buat. | ✓ | | | | |
| 8. | Gizi anak terdapat peningkatan dalam mengkonsumsi makanan yang mengandung gizi seimbang di setiap harinya. | | ✓ | | | |

**Instrumen Penelitian Edukasi Gizi Seimbang Melalui Kereasi Makanan Di
Lembaga Paud Al-Muttaqien Kelompok B Desa Candali Kecamatan
Rancabungur Kabupaten Bogor Provinsi Jawa Barat**

Nama Anak : MUH Amad AR- RAFLI
 Jenis Kelamin : laki-laki
 Tempat Tanggal Lahir : Bogor - 12-01-2018
 Nama Sekolah : Paud Al-Muttaqien
 Prosedur Pengamatan :

1. Penilaian dilakukan oleh wali murid atau peneliti saat aktivitas sehari-hari.
2. Penilaian dilakukan setiap hari oleh wali murid.
3. Penilaian menggunakan skala liker dengan memberikan tanda centang (√) pada aktifitas anak yang terjadi tiap hari di lingkungan. Kategori nilai validasinya SS= Selalu, S= Sering, K= Kadang-Kadang, TP = Tidak Pernah.

| Kategori Jawaban | SS | S | K | TP |
|------------------|----|---|---|----|
| Skor | 4 | 3 | 2 | 1 |

Prepenelitian

| No. | Item Pernyataan | Kategori Jawaban | | | | Keterangan |
|-----|--|------------------|---|---|---|------------|
| | | 4 | 3 | 2 | 1 | |
| 1. | Pelaksanaan edukasi melalui kreasi makanan dengan aneka bentuk kartun. | | | ✓ | | |
| 2. | Guru dan orang tua mulai menerapkan edukasi gizi melalui kreasi makanan. | | | ✓ | | |
| 3. | Kertarikan anak kelompok B mengkonsumsi makanan yang mengandung gizi seimbang | | | ✓ | | |
| 4. | Peningkatan terhadap gizi seimbang dikelompok B dalam mengkonsumsi makanan yang bergizi. | | | ✓ | | |
| 5. | Anak mulai tertarik dalam membuat kreasi makanan dengan bentuk kartun yang anak sukai. | | | ✓ | | |
| 6. | Guru dan Orang tua menerapkan edukasi melalui kreasi makanan di sekolah dan lingkungan aktifitas anak. | | | ✓ | | |
| 7. | Anak kelompok B mulai tertarik untuk memakan dan menghabiskan makanan yang telah mereka buat. | | | ✓ | | |
| 8. | Gizi anak terdapat peningkatan dalam mengkonsumsi makanan yang mengandung gizi seimbang di setiap harinya. | | | | ✓ | |

Post penelitian

| No. | Item Pernyataan | Kategori Jawaban | | | | Keterangan |
|-----|--|------------------|---|---|---|------------|
| | | 4 | 3 | 2 | 1 | |
| 1. | Pelaksanaan edukasi melalui kreasi makanan dengan aneka bentuk kartun. | | | ✓ | | |
| 2. | Guru dan orang tua mulai menerapkan edukasi gizi melalui kreasi makanan. | | ✓ | | | |
| 3. | Kertarikan anak kelompok B mengkonsumsi makanan yang mengandung gizi seimbang | ✓ | | | | |
| 4. | Peningkatan terhadap gizi seimbang dikelompok B dalam mengkonsumsi makanan yang bergizi. | | ✓ | | | |
| 5. | Anak mulai tertarik dalam membuat kreasi makanan dengan bentuk kartun yang anak sukai. | ✓ | | | | |
| 6. | Guru dan Orang tua menerapkan edukasi melalui kreasi makanan di sekolah dan lingkungan aktifitas anak. | | ✓ | | | |
| 7. | Anak kelompok B mulai tertarik untuk memakan dan menghabiskan makanan yang telah mereka buat. | | | ✓ | | |
| 8. | Gizi anak terdapat peningkatan dalam mengkonsumsi makanan yang mengandung gizi seimbang di setiap harinya. | | | ✓ | | |

**Instrumen Penelitian Edukasi Gizi Seimbang Melalui Kereasi Makanan Di
Lembaga Paud Al-Muttaqien Kelompok B Desa Candali Kecamatan
Rancabungur Kabupaten Bogor Provinsi Jawa Barat**

Nama Anak : TASYA PUTRI MADINA
 Jenis Kelamin : Perempuan
 Tempat Tanggal Lahir : Bogor 13.01.2019
 Nama Sekolah : PAUD AL MUTTAQIN
 Prosedur Pengamatan :

1. Penilaian dilakukan oleh wali murid atau peneliti saat aktivitas sehari-hari.
2. Penilaian dilakukan setiap hari oleh wali murid.
3. Penilaian menggunakan skala liker dengan memberikan tanda centang (√) pada aktifitas anak yang terjadi tiap hari di lingkungan. Kategori nilai validasinya SS= Selalu, S= Sering, K= Kadang-Kadang, TP = Tidak Pernah.

| Kategori Jawaban | SS | S | K | TP |
|------------------|----|---|---|----|
| Skor | 4 | 3 | 2 | 1 |

PrePenelitian

| No. | Item Pernyataan | Kategori Jawaban | | | | Keterangan |
|-----|--|------------------|---|---|---|------------|
| | | 4 | 3 | 2 | 1 | |
| 1. | Pelaksanaan edukasi melalui kreasi makanan dengan aneka bentuk kartun. | | | ✓ | | |
| 2. | Guru dan orang tua mulai menerapkan edukasi gizi melalui kreasi makanan. | | | ✓ | | |
| 3. | Kertarikan anak kelompok B mengkonsumsi makanan yang mengandung gizi seimbang | ✓ | | | | |
| 4. | Peningkatan terhadap gizi seimbang dikelompok B dalam mengkonsumsi makanan yang bergizi. | | | ✓ | | |
| 5. | Anak mulai tertarik dalam membuat kreasi makanan dengan bentuk kartun yang anak sukai. | | | ✓ | | |
| 6. | Guru dan Orang tua menerapkan edukasi melalui kreasi makanan di sekolah dan lingkungan aktifitas anak. | | | ✓ | | |
| 7. | Anak kelompok B mulai tertarik untuk memakan dan menghabiskan makanan yang telah mereka buat. | | | ✓ | | |
| 8. | Gizi anak terdapat peningkatan dalam mengkonsumsi makanan yang mengandung gizi seimbang di setiap harinya. | | | | ✓ | |

Post Penelitian

| No. | Item Pernyataan | Kategori Jawaban | | | | Keterangan |
|-----|--|------------------|---|---|---|------------|
| | | 4 | 3 | 2 | 1 | |
| 1. | Pelaksanaan edukasi melalui kreasi makanan dengan aneka bentuk kartun. | | | ✓ | | |
| 2. | Guru dan orang tua mulai menerapkan edukasi gizi melalui kreasi makanan. | | ✓ | | | |
| 3. | Keterarikan anak kelompok B mengkonsumsi makanan yang mengandung gizi seimbang | ✓ | | | | |
| 4. | Peningkatan terhadap gizi seimbang dikelompok B dalam mengkonsumsi makanan yang bergizi. | | ✓ | | | |
| 5. | Anak mulai tertarik dalam membuat kreasi makanan dengan bentuk kartun yang anak sukai. | ✓ | | | | |
| 6. | Guru dan Orang tua menerapkan edukasi melalui kreasi makanan di sekolah dan lingkungan aktifitas anak. | | ✓ | | | |
| 7. | Anak kelompok B mulai tertarik untuk memakan dan menghabiskan makanan yang telah mereka buat. | | | ✓ | | |
| 8. | Gizi anak terdapat peningkatan dalam mengkonsumsi makanan yang mengandung gizi seimbang di setiap harinya. | | | ✓ | | |

**Instrumen Penelitian Edukasi Gizi Seimbang Melalui Kereasi Makanan Di
Lembaga Paud Al-Muttaqien Kelompok B Desa Candali Kecamatan
Rancabungur Kabupaten Bogor Provinsi Jawa Barat**

Nama Anak : Dewi Anggaraeni
 Jenis Kelamin : perempuan
 Tempat Tanggal Lahir : Bogor 06-03-2018
 Nama Sekolah : Paud Al-Muttaqien
 Prosedur Pengamatan :

1. Penilaian dilakukan oleh wali murid atau peneliti saat aktivitas sehari-hari.
2. Penilaian dilakukan setiap hari oleh wali murid.
3. Penilaian menggunakan skala likerd dengan memberikan tanda centang (√) pada aktifitas anak yang terjadi tiap hari di lingkungan. Kategori nilai validasinya SS= Selalu, S= Sering, K= Kadang-Kadang, TP = Tidak Pernah.

| Kategori Jawaban | SS | S | K | TP |
|------------------|----|---|---|----|
| Skor | 4 | 3 | 2 | 1 |

Prepenelitian

| No. | Item Pernyataan | Kategori Jawaban | | | | Keterangan |
|-----|--|------------------|---|---|---|------------|
| | | 4 | 3 | 2 | 1 | |
| | | | | | | |
| 1. | Pelaksanaan edukasi melalui kreasi makanan dengan aneka bentuk kartun. | | | | ✓ | |
| 2. | Guru dan orang tua mulai menerapkan edukasi gizi melalui kreasi makanan. | | | ✓ | | |
| 3. | Kertarikan anak kelompok B mengkonsumsi makanan yang mengandung gizi seimbang | | | | ✓ | |
| 4. | Peningkatan terhadap gizi seimbang dikelompok B dalam mengkonsumsi makanan yang bergizi. | | | ✓ | | |
| 5. | Anak mulai tertarik dalam membuat kreasi makanan dengan bentuk kartun yang anak sukai. | | | ✓ | | |
| 6. | Guru dan Orang tua menerapkan edukasi melalui kreasi makanan di sekolah dan lingkungan aktifitas anak. | | | ✓ | | |
| 7. | Anak kelompok B mulai tertarik untuk memakan dan menghabiskan makanan yang telah mereka buat. | | | | ✓ | |
| 8. | Gizi anak terdapat peningkatan dalam mengkonsumsi makanan yang mengandung gizi seimbang di setiap harinya. | | | | ✓ | |

Post Penelitian

| No. | Item Pernyataan | Kategori Jawaban | | | | Keterangan |
|-----|--|------------------|---|---|---|------------|
| | | 4 | 3 | 2 | 1 | |
| 1. | Pelaksanaan edukasi melalui kreasi makanan dengan aneka bentuk kartun. | ✓ | | | | |
| 2. | Guru dan orang tua mulai menerapkan edukasi gizi melalui kreasi makanan. | ✓ | | | | |
| 3. | Kertarikan anak kelompok B mengkonsumsi makanan yang mengandung gizi seimbang | | ✓ | | | |
| 4. | Peningkatan terhadap gizi seimbang dikelompok B dalam mengkonsumsi makanan yang bergizi. | | ✓ | | | |
| 5. | Anak mulai tertarik dalam membuat kreasi makanan dengan bentuk kartun yang anak sukai. | | | ✓ | | |
| 6. | Guru dan Orang tua menerapkan edukasi melalui kreasi makanan di sekolah dan lingkungan aktifitas anak. | ✓ | | | | |
| 7. | Anak kelompok B mulai tertarik untuk memakan dan menghabiskan makanan yang telah mereka buat. | | ✓ | | | |
| 8. | Gizi anak terdapat peningkatan dalam mengkonsumsi makanan yang mengandung gizi seimbang di setiap harinya. | | | ✓ | | |

Lampiran 6, Dokumentasi

Gambar Saat Observasi dan Wawancara dengan Kepala Sekolah & Guru



Gambar Saat Observasi dan Wawancara dengan Orang Tua Siswa



**Gambar Saat Observasi Anak Di Lembaga PAUD Al-Muttaqien
Kelompok B Desa Candali Kecamatan Rancabungur Kabupaten Bogor
Provinsi Jawa Barat**





**Gambar Saat Penelitian Anak Di Lembaga PAUD Al-Muttaqien
Kelompok B Desa Candali Kecamatan Rancabungur Kabupaten Bogor
Provinsi Jawa Barat**







Lampiran 7, Form Bimbingan Skripsi

FORM BIMBINGAN SKRIPSI

Nama : Rosa Fatikarani

Judul : Edukasi Gizi Seimbang Melalui Kreasi Makanan Di Lembaga Paud Al-Muttaqien Kelompok B, Desa Candali, Kecamatan Rancabungur, Kabupaten Bogor, Provinsi Jawa Barat.

Pembimbing : Haryanti Jaya Harjani, SST. FT, M. Pd.

| No. | Hari/Tanggal | Perbaikan | Paraf Pembimbing |
|-----|-------------------------|--|---|
| 1. | Kamis, 30 November 2023 | Konsultasi judul. |  |
| 2. | Senin, 04 Desember 2023 | Perbaikan judul. |  |
| 3. | Senin, 11 Desember 2023 | Bimbingan teknis dalam menyusun skripsi. |  |
| 4. | Rabu, 03 Januari 2024 | Perbaikan kerangka berpikir dan jadwal penelitian. |  |
| 5. | Sabtu, 06 Januari 2024 | Bimbingan judul membahas variabel X dan Y, bimbingan membahas kisi-kisi instrumen dan item pernyataan. |  |
| 6. | Minggu, 14 Januari 2024 | Bimbingan persiapan sempro. |  |

| | | | |
|-----|--------------------------|--|---|
| 7. | Senin, 15 Januari 2024 | <ul style="list-style-type: none"> ✓ Review hasil proposal. ✓ Pembekalan penelitian. |  |
| 8. | Sabtu, 03 Februari 2024 | Perbaiki halaman. |  |
| 9. | Selasa, 20 Februari 2024 | Bimbingan teknis dalam menyusun Bab IV dan V. |  |
| 10. | Kamis, 29 Februari 2024 | Bimbingan membahas contoh rekapitulasi. |  |
| 11. | Minggu, 04 Maret 2024 | Perbaiki skripsi dari BAB I sampai BAB V. |  |
| 12. | Senin, 22 April 2024 | Evaluasi BAB I sampai BAB V. |  |
| 13. | Kamis, 25 April 2024 | Bimbingan evaluasi pengerjaan BAB I sampai BAB V dan tambahan form bimbingan skripsi di lampiran. |  |
| 14. | Rabu, 01 Mei 2024 | Perbaiki Bab IV dan V. |  |
| 15. | Kamis, 02 Mei 2024 | Revisi Bab IV dan V, serta final skripsi. |  |
| 16. | Rabu, 08 Mei 2024 | Final skripsi. |  |

Lampiran 8, Daftar Riwayat Hidup



Rosa Fatikarani, lahir di Bogor 18 Januari 2002. Rosa Fatikarani merupakan putri pertama dari Bapak Subhan dan Ibu Een, Alamat Kp. Sindangpala RT 02 RW 05 Desa Mekarsari Kecamatan Rancabungur Kabupaten Bogor Provinsi Jawa Barat. Riwayat Pendidikan: Sekolah Madrasah Ibtidaiyah Sindangpala lulus tahun 2014, Sekolah Madrasah Tsanawiyah Pondok Pesantren Al-Manar lulus tahun 2017, Sekolah Madrasah Aliyah Pondok Pesantren Al-Manar lulus tahun 2020, serta Prodi S1 Pendidikan Guru Pendidikan Anak Usia Dini Fakultas Keguruan Dan Ilmu Pendidikan Universitas Nahdlatul Ulama Indonesia (pada tahun 2020 - 2024). Riwayat pekerjaan: Bekerja sebagai guru di Lembaga Paud Nurul Qolbi tahun 2020-2023, bekerja sebagai admin di cabang Insitut Tarbiyatunnisa Sentul Bogor 2022-2024, serta bekerja sebagai guru SD di Candali dari 2023 sampai sekarang.